

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

MÉMOIRE PRÉSENTÉ À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN PSYCHOLOGIE

PAR  
MICHÈLE BRUNELLE

RELATIONS ENTRE LA DIFFÉRENCIATION DU SOI, LES ATTITUDES  
AMOUREUSES ET L'AJUSTEMENT DYADIQUE

OCTOBRE 1998

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

## Sommaire

Cette étude s'insère dans le vaste courant de recherche sur les déterminants de la qualité des relations amoureuses. Elle vise à évaluer la contribution de la différenciation du soi et des attitudes amoureuses à l'explication des variations de l'ajustement dyadique. L'échantillon se compose de 82 couples hétérosexuels dont la moyenne d'années de cohabitation est de 13 ans. Les couples doivent répondre de façon individuelle à un questionnaire mesurant la différenciation du soi (non-réactivité émotionnelle, position du "Je", non-coupure émotionnelle et non-fusion), à une mesure des attitudes amoureuses (intimité, passion et engagement), ainsi qu'à un questionnaire sur l'ajustement dyadique. Les résultats démontrent que les individus n'utilisant pas la coupure émotionnelle ont une meilleure capacité d'ajustement conjugal. L'examen des liens entre les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique montrent que les individus adoptant les trois attitudes amoureuses ont un meilleur ajustement dyadique. Les analyses de régression supportent le modèle combinant la différenciation du soi et les attitudes amoureuses pour prédire l'ajustement des couples. Les analyses sur l'appariement des conjoints en fonction de leur différenciation montrent que des niveaux élevés de différenciation chez les deux conjoints sont associés à des attitudes amoureuses plus positives face à l'amour. Par contre, des niveaux élevés de fusion entre les deux partenaires conduisent également à de fortes attitudes de passion et d'engagement. Au niveau de l'ajustement dyadique, les résultats de l'appariement des conjoints en fonction de leur différenciation du soi font ressortir l'importance du rôle de la différenciation de l'homme dans la satisfaction du couple.

## Table des Matières

Sommaire .....	ii
Liste des Tableaux .....	v
Remerciements .....	vii
Introduction .....	1
Chapitre I: Contexte Théorique .....	4
Les Relations Amoureuses .....	5
Définitions de l'Amour .....	6
Les Attitudes Amoureuses .....	10
Études Empiriques .....	15
Différenciation du Soi .....	19
Les Facteurs qui Influencent le Niveau de Différenciation .....	19
La Différenciation et son Influence au Niveau Relationnel .....	21
Différenciation et Relation Conjugale .....	24
La flexibilité du balancier de la relation.....	25
Les Mesures de la Différenciation .....	26
Différenciation et Ajustement conjugal .....	29
Objectifs et Hypothèses de Travail .....	31
Chapitre II: Méthode .....	34
Participants et Procédure .....	35
Instruments .....	36
Différenciation du Soi .....	36
Triangle Amoureux .....	38
Ajustement Dyadique .....	40
Chapitre III: Résultats .....	41
Relations entre les Données Socio-Démographiques et les Variables Mises à l'Étude .....	43
Vérification des Hypothèses de Recherche .....	49

Relation entre la Différenciation du Soi, les Attitudes Amoureuses et l'Ajustement Dyadique .....	49
Rôle de la Différenciation du Soi dans l'Explication de la Variance Associée à l'Intimité, la Passion et l'Engagement .....	54
Rôle de la Différenciation du Soi et des Attitudes Amoureuses dans l'Explication de l'Ajustement Dyadique .....	58
Patrons de Pairage selon la Différenciation du Soi.....	60
Chapitre IV: Discussion .....	68
Variables Socio-Démographiques, Différenciation du Soi, Attitudes Amoureuses et Ajustement Dyadique .....	69
Différenciation du Soi, Attitudes Amoureuses et Ajustement Dyadique ....	73
Forces et Limites de l'Étude .....	84
Conclusion .....	87
Références .....	89

### Liste des Tableaux

Tableau 1	Comparaison des femmes et des hommes en relation avec les variables de différenciation du soi, des attitudes amoureuses et de l'ajustement dyadique	44
Tableau 2	Comparaison des femmes et des hommes mariés ou vivant en cohabitation en fonction de la différenciation du soi, des attitudes amoureuses et de l'ajustement dyadique	46
Tableau 3	Corrélations entre les variables socio-démographiques et les indices de différenciation du soi, d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les femmes et les hommes	48
Tableau 4	Corrélations entre les indices de différenciation, d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les femmes	51
Tableau 5	Corrélations entre les indices de différenciation, d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les hommes	52
Tableau 6	Régression multiple de la différenciation du soi sur chaque composante des attitudes amoureuses pour les femmes	55
Tableau 7	Régression multiple de la différenciation du soi sur chaque composante des attitudes amoureuses pour les hommes	57

Tableau 8	Régression multiple hiérarchique de la différenciation du soi et des trois attitudes amoureuses sur l'ajustement dyadique pour les femmes	59
Tableau 9	Régression multiple hiérarchique de la différenciation du soi et des trois attitudes amoureuses sur l'ajustement dyadique pour les hommes	61
Tableau 10	Nombre de couples dans chacun des quatres types d'appariement sur la différenciation	63
Tableau 11	Comparaisons des moyennes sur les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique en fonction de l'appariement des conjoints sur les sous-échelles de la différenciation du soi	67

### Remerciements

L'auteur remercie particulièrement son directeur M. Yvan Lussier pour son appui constant autant dans le travail académique que dans le soutien moral. La générosité de son temps, sa rigueur, son professionnalisme, ses encouragements, son tact et sa bonne humeur furent grandement appréciés tout au long de la réalisation de ce projet. L'auteur désire également remercier M. Jacques Bertrand pour son soutien technique et moral ainsi que sa grande disponibilité.



## Introduction

La montée du divorce depuis les trois dernières décennies tend à démontrer qu'au lieu de demeurer avec un partenaire pour le meilleur et pour le pire, les hommes et les femmes croient que le mariage doit survivre seulement s'il y a de l'amour et avec lui, un sentiment d'accomplissement personnel (Rubin, 1988). D'ailleurs, les difficultés conjugales sont le problème le plus fréquent pour lequel les gens recherchent une aide psychologique (Fincham & Bradbury, 1987). Il faut bien l'admettre, le manque d'amour est l'une des principales raisons invoquées pour expliquer l'échec marital (Albrecht, Bahr, & Goodman, 1988). Les problèmes relationnels et leurs effets nuisibles sur le bien-être physique et psychologique sont abondamment documentés (Speed & Gangestad, 1997). Comme conséquence à ces phénomènes, il n'est pas surprenant de constater que l'un des thèmes les plus fréquemment étudiés dans la recherche en psychologie du couple concerne le succès conjugal, l'ajustement à la vie de couple, le bonheur, la satisfaction conjugale, tous des synonymes qui se rapportent à la qualité de la relation amoureuse. En dépit de cette vaste littérature, tirer des conclusions claires et solides sur la nature et les déterminants de la qualité maritale est à un stade embryonnaire et demeure une tâche énorme (Fincham & Bradbury, 1987). Même si l'amour est un important indicateur de la poursuite ou de l'arrêt d'une relation intime, peu d'instruments visant à mesurer la qualité maritale inclut des items évaluant l'amour (Kayser, 1993). Ainsi, il serait pertinent d'identifier et d'évaluer les représentations et les attitudes des conjoints face à l'amour. Plus encore, il serait intéressant de voir si le développement émotionnel et relationnel au travers les diverses expériences dans la famille d'origine, ce que l'on nomme le processus de différenciation du soi, vient

teinter les attitudes amoureuses des conjoints et faire varier par le fait même leur satisfaction face à leur vie de couple.

La présente étude s'inscrit dans le courant de recherche en psychologie du couple qui vise à développer et à évaluer des modèles théoriques qui permettraient de mieux comprendre les facteurs influençant le maintien et la détérioration des relations de couple. Elle a pour objectif d'évaluer la validité d'un modèle liant la différenciation du soi, les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique.

Ce travail se divise en quatre chapitres. Le premier présente un relevé de la documentation des différents concepts servant de base à la formulation des différentes hypothèses de recherche. Le deuxième chapitre rapporte les éléments de la méthode utilisée pour vérifier ces hypothèses de recherche. Le troisième chapitre expose les résultats des différentes analyses. Enfin, le quatrième chapitre présente une discussion de l'ensemble des résultats, ainsi que les conclusions qui s'en dégagent.

Chapitre I

Contexte Théorique

Ce premier chapitre comprend trois sections principales. Les deux premières divisions présentent un relevé de la documentation permettant de situer sur les plans théorique et expérimental les variables mises à l'étude. De ce fait, les attitudes amoureuses et la différenciation du soi sont successivement examinées. La dernière section est réservée à la présentation des objectifs et à la formulation des hypothèses de travail.

### Les Relations Amoureuses

Les modèles théoriques du fonctionnement conjugal tentent le plus souvent de circonscrire une facette ou une combinaison de dimensions qui influencent le développement et l'évolution des relations intimes, telles que les caractéristiques de la personnalité, les variables cognitives (p. ex., les attributions, les croyances et les stratégies d'adaptation), les divers patrons de communication, la nature et la sévérité des conflits et la satisfaction conjugale et sexuelle (Hendrick, 1995). En somme, il existe plusieurs approches distinctes et fragmentées pour décrire les divers comportements et le fonctionnement des individus en relation de couple. La vie de couple est une relation intime à long terme et le mot qui représente le mieux l'essence de cette relation est «l'amour». Or, ce mot a longtemps été omis de la documentation scientifique. Jusqu'à tout récemment, les théories sur le couple faisaient rarement référence au mot amour. Les thérapeutes du couple trouvent difficile d'utiliser la notion d'amour parce qu'il est ardu de l'opérationnaliser ou de le mesurer. Une exception à l'absence d'utilisation clinique du concept de l'amour est celle véhiculée par les programmes d'enrichissement conjugal. Par contre, depuis 1982, des

auteurs ont commencé à concentrer leur attention sur la définition des dimensions du concept général de l'amour (Aron & Westbay, 1996). Selon Ferh (1988; Fehr & Russel, 1991), ce sujet de recherche est important parce que le sens de l'amour, la façon dont les gens conceptualisent l'amour joue souvent un rôle significatif dans leur compréhension des relations interpersonnelles.

### Définitions de l'Amour

Comme d'autres spécialistes contemporains cherchant à définir l'amour, Hendrick et Hendrick (1987) ont observé que le langage de l'amour est pauvre. Selon eux, les théoriciens de l'amour et les chercheurs n'ont pas développé un vocabulaire descriptif et conceptuel proportionnel à la complexité et la richesse du phénomène qu'ils espèrent comprendre. Rubin (1988), un pionnier dans l'étude sur l'amour, mentionne que la science de l'amour est encore à ses débuts et qu'un signe de cette immaturité est le fait que les investigateurs partagent peu de vocabulaire en commun. Brehm (1985) souligne que les sociologues ont eu autant de troubles à définir l'amour que les philosophes ou les poètes. On a des livres sur l'amour, des théories sur l'amour et des recherches sur l'amour. Mais nous n'avons pas encore une définition simple et unique de l'amour qui soit largement acceptée par les autres scientifiques du domaine social.

Mais qu'est-ce que l'amour? Comment le définir? Différents auteurs (Voir Fehr & Russel, 1991) ont porté leur attention sur de multiples caractéristiques de l'amour le définissant comme: un désir frustré (Freud, 1922/1951), une stimulation érogène (Watson, 1924), une invention pour réduire le sentiment d'isolation et de solitude (Fromm, 1956). Plus récemment, Rubin (1970) a défini l'amour comme une attitude envers l'autre qui prédispose à penser, à ressentir et à se comporter d'une certaine façon envers ce dernier.

Pour Skolnick (1978), l'amour est une expérience faite de sentiments, d'idées, et de symboles culturels. Swensen (1972) a mis l'accent sur des comportements, tels le partage d'activités et le rapprochement intime. Selon Bader et Pearson (1988), l'amour est une réaction psychobiologique basée sur des processus hormonaux et neurochimiques qui ont pour but d'accroître la proximité des individus afin d'assurer la survie de l'espèce.

D'autres auteurs ont plutôt défini l'amour sous la forme de typologies (Ferh & Russel, 1991). L'amour serait constitué de deux (Hatfield & Walster, 1978; Maslow, 1955), trois (Kelley, 1983), six (Lee, 1973) ou sept (Kemper, 1978; Sternberg, 1986) sous-types différents d'attitudes et de comportements orientés vers l'autre. Bien que plusieurs typologies de l'amour découlent d'une variété de sources théoriques, depuis quelques années, un nombre croissant de spécialistes ont pris une approche psychométrique pour définir ce concept. Voici une description des plus populaires.

D'abord, l'une de ces approches est basée sur la théorie des styles amoureux (Love Style) de Lee (1973). L'objectif de Lee n'est pas de définir l'amour comme tel mais d'aider les amoureux à distinguer leurs représentations des différents styles d'amour. Il a dégagé six styles d'amour que l'on peut également qualifier d'attitudes à l'égard de l'amour qui sont représentés par la mythologie grecque: Éros (l'amour passionné), ludus (les relations multiples), storge (l'amour compagnonnage, fondé sur une solide amitié), mania (l'amour possessif), pragma (l'engagement sans excitation) et agape (l'amour dévoué). Hendrick, Hendrick et Adler (1988) ont enrichi les caractéristiques de la théorie de Lee et ont développé un questionnaire auto-administré, le Love Attitudes Scale (1986) qui permet de mesurer les différents styles et de vérifier leur existence chez les couples.

Deuxièmement, sur la base de la description des caractéristiques comportementales et émotionnelles des styles d'attachement des enfants, fournie par Ainsworth, Blehar, Waters et Wall. (1978), Hazan et Shaver (1987) ont adapté l'étude de l'attachement aux relations amoureuses des adultes. Ils décrivent ainsi l'attitude des individus à l'égard de leur relation intime à partir des styles sécurisant (relations intimes basées sur la confiance et la sécurité), anxieux/ambivalent (relations intimes basées sur l'instabilité émotionnelle, la dépendance, la préoccupation d'être abandonné et de ne pas être aimé, ainsi que sur la jalousie) et évitant (relations intimes marquées par la peur de l'intimité et la difficulté à dépendre des autres). Selon Shaver, Hazan et Bradshaw (1988), l'existence de différences individuelles dans les styles d'attachement des conjoints contribue de façon significative à la compréhension des variations à la fois au niveau de la qualité et de la nature des relations intimes.

En somme, ce survol des définitions montre que les composantes de l'amour sont variées. Les théoriciens combinent différents aspects de l'amour pour décrire des styles particuliers.

L'amour étant l'une des émotions humaines les plus intenses et désirables, il serait donc constitué, non pas d'une seule dimension globale mais d'un ensemble d'éléments (même si pour la personne en amour, les différents éléments sont vécus comme étant une seule chose; Sternberg, 1986, 1987). Et si l'amour est un ensemble de plusieurs dimensions, quelles sont-elles? Et comment sont-elles reliées entre elles? Et que serait une conception intégrative de l'amour mature? En réponse à ces questions, Sternberg (1986, 1987) soutient que l'amour peut être défini par une combinaison de trois composantes centrales soit: l'intimité, la passion et l'engagement. En demandant à des individus de



définir ce que représente l'amour pour eux, Aaron et Westbay (1996) confirment cette conception.

Par ailleurs, Noller (1996) a réalisé une recherche dans le but de définir le type particulier d'amour qui soutient le mariage et la famille. Selon Noller, ce type d'amour aurait trois aspects: émotionnel, cognitif et behavioral. L'aspect émotionnel inclut la passion, l'admiration, l'affection, l'appréciation et les soins. L'aspect cognitif inclut l'engagement, alors que l'aspect behavioral comprend les diverses expressions de l'amour. Cette conception rejoint celle de Sternberg (1988).

La composante émotionnelle a été étudiée, entre autres par Berscheid et Walster (1978) qui ont montré que l'amour passion et l'amour compagnonnage (respect, admiration, confiance) se retrouvaient sous cette étiquette. Hatfield (1988) a remarqué que la plupart des gens souhaitent avoir une relation qui combine à la fois le plaisir de l'amour passion avec la sécurité de l'amour compagnonnage. Grote et Frieze (1994) supposent que le climat pour le maintien et l'expression de l'amour érotique serait favorable dans les relations caractérisées par un haut niveau de cohésion, de plaisir entre les partenaires (compagnonnage) et inversement, l'affection et le compagnonnage seraient renouvelés par l'expérience sexuelle positive. Au niveau de la composante cognitive qui est l'engagement, Levinger (1988) affirme que bien que l'engagement tend à être minimisé dans les définitions de l'amour, notre sens de l'engagement à la relation va très probablement augmenter notre sens de l'amour et notre appréciation de la relation. Non seulement l'amour augmente les probabilités que l'on sera engagé dans la relation, mais être engagé peut augmenter notre amour. De récentes découvertes par Hecht, Marston et Larkey (1994) supportent cette proposition. Ils ont trouvé, à travers deux études, que les individus vivant un amour engagé avait plus de chance de déclarer que leur relation était de qualité

supérieure que ceux qui vivaient d'autres types d'amour. Également, selon Kelley (1983) l'engagement détermine le maintien et la stabilité d'une relation de couple. Au niveau de la composante behaviorale, Kelley (1983) reconnaît que les relations intimes reflètent un besoin d'intimité qui s'exprime dans le développement d'attitudes qui permettent cette intimité dans le soutien et les soins à l'autre. Swenson (1972) a construit une liste de comportements associés à l'expression de l'amour dans laquelle il inclut: s'ouvrir à l'autre, offrir du soutien émotionnel et moral, donner des soins, passer du temps ensemble.

Noller (1996) en est arrivé à la conclusion qu'il y a des composantes variées de l'amour et qu'il faut combiner ces différents aspects de l'amour afin d'en arriver à une conception intégrative de l'amour mature. Selon lui, l'une des théories parmi les plus articulées qui proposent une version intégrative du concept de l'amour et qui peut servir de dénominateur commun aux typologies existantes est celle de Sternberg (1986,1988) et sa notion de l'amour accompli. La prochaine section présente en détail la théorie tridimensionnelle de Sternberg.

### Les Attitudes Amoureuses

Sternberg (1988) a entrepris la tâche d'unifier les nombreuses facettes de l'amour sous le thème d'une théorie simple. C'est dans un modèle conceptuel, qu'il nomme la théorie triangulaire du fonctionnement conjugal qu'il a réuni les trois principales composantes qui caractérisent toute relation amoureuse et qui, prises ensemble, peuvent être vues comme formant les trois vecteurs d'un triangle. Ces trois composantes sont: l'intimité, la passion et la décision/engagement.

Selon Sternberg (1986; 1987), l'intimité dans une relation de couple fait référence aux sentiments qui se rapportent au rapprochement, à la proximité, à la communication des sentiments intimes profonds avec l'autre, à la compréhension mutuelle, au désir du bien-être de l'autre, au sentiment d'être soutenu émotionnellement et matériellement par l'autre, au plaisir à être ensemble, au partage des intérêts communs, au partage de ses possessions et au respect l'un envers l'autre. Cette description représente seulement quelques uns des sentiments qu'il est possible de vivre au niveau de l'intimité dans une relation amoureuse. D'ailleurs il n'est pas nécessaire de tous les expérimenter pour vivre l'amour. L'intimité de façon générale mais non exclusive peut être vue comme provenant d'un investissement émotionnel dans la relation.

La dimension passion du triangle de Sternberg se réfère à un état de désir intense de s'unir à l'autre. La passion peut être définie comme l'expression des désirs et des besoins (sexuels ou autres), lesquels se manifestent aux niveaux psychologiques et physiologiques. L'élément passion inclut les sources de motivation et autre forme d'excitations qui mènent à l'expérience de la passion. Dans une relation amoureuse, les besoins sexuels peuvent dominer cette expérience. Cependant, les autres besoins reliés, par exemple, à l'estime de soi, au sentiment de protection, au fait de se sentir nourri par l'autre, l'affiliation, la dominance, la soumission et l'actualisation de soi peuvent aussi contribuer à l'expérience de la passion. L'intensité de ces besoins variés va certainement fluctuer selon les personnes, les situations et les types de relations amoureuses. La composante passion est en interaction réciproque avec la dimension intimité. Certaines façons d'exprimer sa passion peuvent inclure: embrasser, étreindre, contempler (regarder), toucher, faire l'amour, etc.

La dernière composante est représentée par l'interrelation décision/engagement qui représente l'état d'être en amour (la décision d'aimer une personne) et l'engagement à maintenir cette relation amoureuse. Elle inclut les éléments cognitifs qui sont impliqués dans la prise de décision face à l'existence d'un potentiel d'engagement à long terme dans une relation amoureuse. Il serait erroné de négliger l'importance de la composante décision/engagement sous-prétexte qu'elle ne comporte pas l'intensité de la passion ou de l'intimité. Les relations amoureuses ont presque inévitablement leurs hauts et leurs bas. Dans les moments difficiles, la composante décision/engagement pourra constituer la seule base qui permettra à la relation de continuer. Certaines façons d'exprimer son engagement incluent: être fidèle, se fiancer, se marier et demeurer dans la relation lors des moments difficiles.

En somme, ces trois composantes sont toutes des facettes importantes de l'amour qui façonnent une relation intime, mais leur importance diffère d'un couple à l'autre. Ainsi, pour chaque couple, selon la nature des combinaisons des composantes d'intimité, de passion et d'engagement, il est possible de définir le type de relation selon l'une des sept catégories suivantes:

1) L'amour passion représente l'expérience du "coup de foudre" (passion) en l'absence des dimensions intimité et engagement. Ce genre d'amour peut arriver instantanément mais peut cesser tout aussi rapidement. Ces engouements sans avenir sont souvent plus faciles à reconnaître par les autres que pour la personne qui est en train de vivre l'expérience.

2) La relation sans amour se définit comme l'engagement dans la relation sans les composantes intimité et passion. C'est le genre d'amour que l'on rencontre quelquefois dans les relations stagnantes qui durent depuis des années mais qui ont perdu l'implication émotionnelle et l'attraction physique qui les caractérisaient au départ.

3) L'affection réfère à l'expérience de l'amitié dans laquelle les individus vivent une intimité et un rapprochement émotionnel sans les sentiments intenses de passion et d'engagement à long terme.

4) L'amour romantique est une combinaison d'intimité et de passion sans l'engagement. Cette vision de l'amour romantique semble similaire à celle que l'on rencontre dans les classiques de la littérature tel: Roméo et Juliette ainsi que Tristan et Isolde.

5) L'amour compagnonnage implique à la fois l'intimité et l'engagement sans la dimension passion. Elle peut se retrouver dans les relations de longue date lorsque l'amitié est très présente mais où l'attraction physique (source majeure de passion) s'est éteinte.

6) L'amour stupide résulte de la combinaison de la passion et de l'engagement en l'absence de l'intimité. On retrouve ce type d'amour dans les relations où deux personnes font connaissance et se marient le mois suivant. Ce qui est stupide, c'est que l'engagement se fait seulement sur la base de la passion sans l'élément stabilisateur qu'est l'intimité. Comme l'intimité se développe lentement, ces relations précipitées sont à risque de se terminer rapidement.

7) L'amour accompli représente la combinaison dans des proportions élevées à la fois de l'intimité, de la passion et de l'engagement. C'est le genre d'amour que plusieurs s'efforcent d'atteindre. Parvenir à ce type d'amour ne garantit pas toujours sa longévité pour autant.

Chacune des trois composantes, aussi importante qu'elle soit dans la relation, suit un cheminement particulier dans le développement de la relation intime. Ainsi, sur la base de la théorie des émotions de Berscheid (1983), Sternberg (1986, 1987) affirme que l'intimité se développe graduellement pour en arriver à un point où les partenaires sont tellement complices, leurs comportements sont tellement prévisibles, qu'ils ne manifestent

plus leur intimité de façon tangible sans que cela signifie que l'intimité réelle entre eux a diminué. Face à ce genre d'évolution de l'intimité, le danger vient du fait qu'il devient difficile de percevoir si la relation est toujours vivante ou si elle est en train de s'éteindre. Une des façons de vérifier est d'observer la réaction des conjoints lorsqu'ils sont séparés de leur partenaire pour quelque temps. Une autre façon est de changer la routine comme d'aller en vacances à deux, ce qui permet souvent d'évaluer l'état de l'intimité dans la relation. Il arrive qu'une très bonne relation soit détruite par le manque de connaissance de cette évolution particulière de l'intimité au cours d'une relation.

La dimension passion suit une route assez différente de celle de l'intimité. Se basant sur la théorie du processus antagoniste de la motivation acquise de Solomon (1980), Sternberg (1986, 1987) stipule que la passion se développe rapidement puis qu'elle arrive à une phase d'habituation où les partenaires ne sont plus aussi stimulés qu'au départ par l'un et l'autre. L'évolution de la composante engagement dépend en grande partie du succès de la relation tout comme le succès de la relation dépend en partie du degré d'engagement. De façon générale, le niveau d'engagement augmente graduellement au cours des années. Il est important de mentionner que naturellement, chaque relation amoureuse connaît des hauts et des bas, ce qui influence donc l'évolution du parcours des trois composantes de l'amour.

Selon la théorie proposée par Sternberg (1986), chaque personne a son propre triangle représentant sa vision d'une relation de couple en rapport avec les niveaux d'intimité, de passion et d'engagement vécus. De plus, chacun développe plusieurs triangles: le triangle réel qui correspond aux sentiments de la personne envers sa relation; le triangle perçu correspondant à ce qu'un individu croit que l'autre partenaire vit dans la relation et de plus, le triangle idéal qui représente un désir à propos du partenaire idéal. L'interaction entre les différents triangles de chaque partenaire a des effets sur leur

satisfaction dans la relation amoureuse. Ainsi, les recherches de Sternberg et Barnes (1985) suggèrent que plus les surfaces des deux triangles réels de chaque partenaire se chevauchent plus les conjoints éprouvent de la satisfaction dans leur relation. Cette affirmation est également soutenue par l'une des découvertes les plus solides dans la documentation sur l'appariement dans les relations intimes à l'effet que la similarité dans les antécédents socioculturels, les attitudes envers la vie et les attitudes à propos de la relation de couple joue un rôle important dans le fonctionnement de la dyade (Burgess & Wallin, 1953; Byrne, 1971). De plus, il y a une distinction à faire entre la façon dont un individu perçoit son triangle et la façon dont ce même triangle est perçu par l'autre. Les études démontrent que ce sont les sentiments perçus plutôt que les sentiments réels qui sont les meilleurs prédicteurs de la satisfaction conjugale. Le triangle sert de métaphore pour illustrer les interrelations à l'égard des trois dimensions de l'amour et pour conceptualiser la relation entre les représentations variées de ces trois dimensions de l'amour: pour soi, pour l'autre, pour le soi idéal et pour l'autre idéal.

Selon Sternberg, un ajustement conjugal optimal impliquerait que les deux conjoints soient à la fois capables de vivre de l'intimité et de la passion tout en s'engageant dans la relation. Au plan théorique, les trois dimensions de l'échelle de Sternberg apportent une contribution significative à la compréhension de l'amour. Sur le plan empirique, cette théorie reçoit un assez bon appui, bien que ce secteur de la recherche est encore récent.

### Études Empiriques

Les études empiriques se basant sur la théorie de Sternberg ont permis d'évaluer l'importance des trois dimensions du triangle amoureux. Aron et Westbay (1996) ont identifié et confirmé, après une série d'études (sept), l'existence d'une structure

multidimensionnelle du concept de l'amour. Ils ont demandé aux gens d'énumérer les caractéristiques définissant l'amour selon eux. Ce prototype a fait ressortir les trois facteurs suivants qui sont l'intimité, la passion et l'engagement. Acker et Davis (1992) ont testé la structure dimensionnelle du questionnaire du Triangle amoureux de Sternberg. L'analyse factorielle fait ressortir les trois dimensions théoriques qui représentent 63% de la variance. Mikulincer et Erev (1991) ont également fait ressortir de leur analyse factorielle trois facteurs qui expliquent 52% de la variance. En tentant de regrouper sous des dénominateurs communs plusieurs échelles mesurant des types d'amour (au nombre de six), l'étude de Hendrick et Hendrick (1991) confirme la présence des trois composantes de l'échelle de Sternberg. De plus, les auteurs ont trouvé qu'il y a trois attitudes amoureuses qui sont des prédicteurs de la satisfaction conjugale soit: la passion, l'intimité et l'amour maniaque (possessif). Les corrélations démontrent que le facteur passion correspond à la dimension passion et engagement de l'échelle de Sternberg et que le facteur intimité correspond à la dimension intimité du Triangle de Sternberg. Ces différents groupes de chercheurs ont réussi à bien circonscrire empiriquement la structure tridimensionnelle du modèle de Sternberg.

Cependant, Acker et Davis (1992) ont rapporté des problèmes à séparer les différentes composantes du triangle amoureux à cause du degré élevé de multicollinéarité entre les sous-échelles. Toutefois, en éliminant quelques items, ils sont arrivés à bien distinguer les trois composantes. Levy et Davis (1988) soulignent la difficulté de trouver un instrument assez sensible pour discriminer de façon empirique les trois dimensions de l'amour.

L'idée émise par Sternberg à l'effet que les trois composantes du triangle sont positivement reliées à la satisfaction conjugale a été vérifié dans l'étude de Acker et Davis



(1992). Les résultats confirment une variance considérable dans la satisfaction qui est attribuée aux trois attitudes. L'engagement contribue le plus fortement à la satisfaction, suivi de l'intimité et de la passion. Acker et Davis (1992) ont également examiné l'hypothèse voulant que chaque dimension suit un parcours particulier dans le temps. L'engagement augmente comme prévu mais le déclin de la passion se retrouve seulement chez la femme et il n'y a pas d'évidence du déclin de l'intimité. Deux critiques peuvent cependant être formulées à l'endroit de cette étude. Leur échantillon n'est pas composé des deux membres du couple. De plus, l'échelle de satisfaction employée comporte seulement six items.

La documentation scientifique souligne des différences selon le sexe des individus pour chacune des trois dimensions de l'amour telles que définies par Sternberg. La passion est un prédicteur significatif de la satisfaction pour les femmes, alors qu'il ne l'est pas pour les hommes et l'intimité est un prédicteur significatif de la satisfaction pour les hommes, mais à un moindre degré pour les femmes (Acker & Davis, 1992). Choo et Hatfield (1995) ont mesuré la relation entre une mesure de l'amour passion (Hatfield & Sprecher, 1986) ainsi qu'une mesure de l'amour compagnonnage (qui requiert l'intimité et la décision/engagement). Leur étude décèle des différences selon le sexe. Ainsi les hommes aimeraient de façon moins passionnée et vivraient moins d'amour de type compagnonnage que les femmes. Selon les auteurs, les hommes et les femmes ne se distinguent peut-être pas dans leur façon de voir l'amour, mais seulement dans l'importance qu'ils accordent à l'amour passion et à l'amour compagnonnage dans leur relation. Senchak et Kenneth (1992) ont mis en relation l'ajustement conjugal ainsi qu'une mesure d'intimité (MSIS; Miller & Lefcourt, 1982). Les femmes rapportent plus d'intimité et une évaluation plus favorable de leur conjoint que les hommes. Ces résultats ne sont pas surprenants puisqu'il est généralement reconnu que les femmes sont plus expressives au niveau socio-émotif que

les hommes (Brehm, 1985). Chojnacki et Walsh (1990) ont comparé les hommes et les femmes sur l'échelle de Sternberg et il ressort que les femmes sont plus engagées que les hommes.

En somme, les chercheurs en psychologie du couple semblent reconnaître de plus en plus la valeur de la théorie de Sternberg (ainsi que ses dimensions passion, intimité et engagement) et sa contribution à l'enrichissement des connaissances contemporaines sur le concept de l'amour. Mais qu'est-ce qui détermine le niveau d'intimité, de passion et d'engagement atteint chez chaque individu? Ces trois attitudes amoureuses devraient être en interaction avec nos dispositions personnelles. Selon Hendrick et Hendrick (1992), les racines de l'amour s'étendent rétrospectivement aux expériences infantiles du contact avec le ou les parents qui donnent les soins. Les conditions de ces expériences seront les précurseurs de la relation amoureuse adulte. Selon des cliniciens en thérapie conjugale (Weeks & Treat, 1992), plusieurs couples vivent des difficultés à devenir plus intimes, à s'engager ou encore à donner libre cours à leur passion. Un certain nombre de peurs (p. ex., la peur de la dépendance, la peur des sentiments, la peur de la colère, la peur de se dévoiler, la peur de perdre le contrôle ou d'être contrôlé, la peur de l'abandon et du rejet) sont souvent teintées par les expériences dans la famille d'origine et par l'influence parentale. Il semble donc important d'en connaître davantage sur le développement émotionnel et relationnel de chaque partenaire du couple, à travers sa famille d'origine pour mieux comprendre ses attitudes amoureuses.

### Différenciation du Soi

Une approche qui permet de comprendre toute l'importance de l'influence du système familial sur la santé physique et psychologique de l'individu est celle du concept de la différenciation du soi. Il représente le degré de séparation émotionnelle qu'un individu atteint par rapport à sa famille d'origine. C'est dans les années soixante-dix que Murray Bowen a postulé qu'une caractéristique universelle, normalement distribuée, "la différenciation du soi", était un déterminant majeur du bien-être psychologique et social (Anonyme, 1993; Bowen, 1978).

Cette théorie de Bowen a été largement utilisée par la suite par les cliniciens de l'approche systémique dans leur conception étiologique des conflits maritaux. Ainsi, on retrouve ce concept de la différenciation du soi dans plusieurs des écrits cliniques sur les relations conjugales. Voyons d'abord de quelle façon se développe le niveau de différenciation du soi pour ensuite en comprendre l'influence au niveau relationnel et plus particulièrement au niveau conjugal.

### Les Facteurs qui Influencent le Niveau de Différenciation du Soi

La théorie des systèmes familiaux suppose l'existence d'une force de vie fondamentale "différenciation du soi ou individuation" chez chaque être humain qui propulse l'enfant en développement à grandir et à devenir une personne émotionnellement séparée, un individu avec l'habileté de penser, ressentir et d'agir pour lui-même. À l'opposé, ce postulat suppose l'existence d'une force de vie fondamentale "l'unité" qui entraîne l'enfant et sa famille à demeurer émotionnellement liés et à fonctionner en réaction les uns aux autres. L'unité amène l'enfant et sa famille à penser, ressentir et agir comme

étant un. Le résultat du contrepois de ces forces de vie est que personne ne parvient à une séparation émotionnelle complète de sa famille, l'attachement primaire n'est jamais complètement résolu.

Il y a des différences considérables entre les individus dans la proportion de séparation émotionnelle qu'ils atteignent par rapport à leur famille d'origine. Ces différences sont liées à deux variables primaires: 1) le degré de séparation émotionnelle que les parents d'un individu ont atteint par rapport à leur famille respective; et 2) les caractéristiques de la relation entre un individu et ses parents, ainsi que sa fratrie et également les caractéristiques des autres relations importantes.

Les enfants atteignent à peu près le même degré de séparation émotionnelle avec leurs parents que leurs parents eux-mêmes ont atteint avec les leurs. Cependant, tous les enfants venant d'une même famille ne vont pas se séparer émotionnellement au même degré. Ceci s'explique par le fait que les caractéristiques de la relation qu'entretiennent les parents avec chacun de leurs enfants sont différentes. Il est donc possible pour un enfant de réaliser un niveau plus élevé de séparation émotionnelle avec ses parents que ses propres parents ont pu réaliser avec les leurs. Un autre enfant peut atteindre un degré de séparation émotionnelle plus bas avec ses parents qu'eux-mêmes ont atteint avec les leurs.

Le degré de séparation émotionnelle entre un enfant en développement et sa famille influence l'habileté de l'enfant à se différencier de sa famille. Si l'enfant est bien différencié, sa propre image ne sera pas formée en réaction à l'anxiété et à la nécessité émotionnelle des autres, non plus que les autres ne définiront pas l'enfant à travers leurs propres perceptions émotionnelles distordues.

Une complète différenciation du soi existe chez une personne qui a résolu complètement son attachement émotionnel à sa famille. En fait, le concept de différenciation du soi a souvent été interprété comme équivalent à l'individualisme ou à l'autonomie, mais Bowen insiste sur le fait que la différenciation du soi personnifie les individus qui ont atteint une identité claire et cohérente et qui ont la capacité de vivre des relations amoureuses matures. Les attachements émotionnels non résolus envers les parents nuisent à la différenciation du soi d'un individu. Selon Bowen, le degré de différenciation du soi atteint dans sa propre famille joue un rôle dans la détermination du degré de satisfaction et d'ajustement qu'une personne expérimentera dans sa relation de couple (Bowen, 1978; Papero, 1995). Finalement, Bowen (1981) postule que les conjoints s'unissent partiellement sur la base d'une similarité (sinon d'une égalité) au niveau de la différenciation du soi.

#### La Différenciation du Soi et son Influence au Niveau Relationnel

Dans son observation des relations humaines, Bowen a découvert que les relations émotionnelles significatives sont gouvernées par l'interaction entre les deux forces que sont le besoin d'individualité et le besoin d'unité. Dans une relation, chaque personne investit de l'énergie (par besoin d'unité) et en même temps en retient afin de pouvoir diriger sa vie séparément de la relation (besoin d'individualité). La théorie de la différenciation du soi vient décrire les divergences entre les gens au niveau de la proportion de l'énergie qu'ils sont enclins à investir dans une relation. Les gens peu différenciés vont rapidement s'adapter aux idéologies des autres pour se faire aimer. Étant donné qu'une très grande portion de leur énergie est dirigée vers la recherche de l'amour des autres, il leur en reste peu pour leurs buts et besoins personnels et pour affirmer leur identité. Les gens plus différenciés vont être capables de fonctionner sans dépendre de l'approbation des autres. Ils

vont s'être définis un soi, c'est à dire qu'ils vont affirmer leur individualité tout en étant capables d'investir dans une relation avec les autres.

De façon plus précise, la différenciation du soi implique un fonctionnement intrapsychique et interpersonnel qui est défini par le degré avec lequel chaque individu est capable de balancer 1) son fonctionnement émotionnel et intellectuel et 2) son intimité et son autonomie dans ses relations interpersonnelles.

Au niveau intrapsychique, la caractéristique qui permet de distinguer les gens à divers points sur une échelle hypothétique de la différenciation du soi (par exemple, variant entre zéro et cent) est leur capacité à distinguer leurs émotions et leur intellect, ainsi que leurs habiletés à choisir entre être guidé par leurs émotions ou leurs pensées pour fonctionner. Ainsi sur ce continuum hypothétique de différenciation du soi, la valeur zéro est attribuée aux personnes ne pouvant, en aucune circonstance, développer d'autres réactions que celles issues du système émotionnel. Il s'avère que les individus peu différenciés (score hypothétique variant entre zéro et cinquante) sont **émotionnellement réactifs** et ils ont de la difficulté à rester calme devant l'émotivité des autres. L'individualité d'une personne très peu différenciée est pratiquement inexistante. Ses réactions émotionnelles sont facilement déclenchées, intenses et prolongées et son développement psychologique déficitaire ne lui permet pas d'être une personne distincte. La majeure partie des énergies de la personne est utilisée pour obtenir l'approbation, le soutien et l'amour d'autrui (Papero, 1995). Ces personnes s'accrochent de façon rigide à des superstitions, des dogmes religieux et des croyances désuètes. Plus la personne est basse sur l'échelle, plus elle tient les autres responsables de son bonheur (Bowen, 1981). L'autre pôle du continuum est occupé par des personnes qui ont la capacité de conserver cette flexibilité de passage d'un système à l'autre, c'est-à-dire du système émotionnel et du

système intellectuel. Une personne différenciée (se situant au-dessus de 50 sur le continuum hypothétique) sait conserver son intégrité, sa fidélité à ses valeurs, son sentiment d'identité, tout en maintenant un sentiment d'affiliation (Kerr, 1985). Elle est sûre de ses croyances et de ses convictions sans être dogmatique ou rigide dans sa façon de penser. Elle a suffisamment développé son sentiment de sécurité pour que son fonctionnement ne soit pas affecté par la critique ou les éloges venant des autres. Elle peut respecter le soi et l'identité d'une autre personne sans la critiquer ou devenir émotionnellement impliquée au point de vouloir modifier son style de vie (Bowen, 1981).

Au niveau interpersonnel, la différenciation du soi réfère aux habiletés de vivre dans l'intimité et de tolérer la séparation dans les relations. Les personnes les plus différenciées ont des convictions et des croyances fermes et elles sont capables de maintenir des frontières interpersonnelles bien établies, ce qui permet une intimité émotionnelle et une union physique avec une autre personne sans la peur d'être fusionnées. Plus elles sont élevées sur l'échelle de la différenciation, plus elles ont des comportements adultes et matures qui permettent un meilleur ajustement conjugal (Bowen, 1981). Elles sont capables de maintenir une **position du "JE"** et d'avoir un sens clairement défini de leur soi. Cette attitude leur permet de garder leurs convictions même quand elles subissent de la pression venant des autres, comme par exemple des membres de leur famille et de leur conjoint. Toujours selon la théorie de Bowen, les individus peu différenciés peuvent afficher deux comportements quand ils sont émotionnellement impliqués avec des membres de leur famille ou toute personne significative. D'abord, certains individus peu différenciés peuvent avoir des comportements de **fusion**, c'est-à-dire qu'ils agissent sans conviction ferme et ils recherchent l'acceptation et l'approbation à tout prix. L'autre comportement pouvant caractériser les individus peu différenciés est la **coupure émotionnelle**. Ceux-ci réagissent émotionnellement en prenant de la distance. Ils nient l'importance de leur famille

et ils déploient une façade exagérée d'indépendance par rapport à leur famille. Autant la personne fusionnée tend à trouver l'expérience de la séparation accablante, autant la personne émotionnellement coupée trouve l'intimité profondément menaçante. Les deux types d'individu ont un sens de l'estime de soi qui dépend des autres. Les individus situés au bas de l'échelle de la différenciation auront tendance à utiliser des mécanismes, tels la maladie physique, les conflits avec autrui et la violence afin de contrôler le rapprochement et la distance dans une relation (Bowen, 1981).

### Différenciation du Soi et Relation Conjugale

La théorie de la différenciation du soi de Bowen constitue un apport important à la compréhension des attitudes et des comportements des individus dans leur relation de couple. L'équilibre d'une relation n'est pas statique, mais est dans un état d'équilibre dynamique. La nature dynamique du balancier est créée par les ajustements continuels que les conjoints font pour maintenir la relation en équilibre entre le contact et la séparation. Chaque personne surveille minutieusement l'autre pour percevoir les signes de changement, signes de trop peu ou de beaucoup trop d'investissement dans la relation (Kerr & Bowen, 1988).

Lorsqu'une relation est calme et dans un équilibre confortable, le jeu entre l'unité et l'individualité peut être à peine visible. Les ajustements que font les gens l'un envers l'autre sont tellement subtils et automatiques qu'ils ne sont pas évidents ou manifestes. Lorsque la relation se déplace vers un déséquilibre significatif, la pression pour un ajustement est cependant plus intense et plus facilement observable ou perceptible. Les relations émotionnellement significatives évoluent ainsi dans un état d'équilibre dynamique, mais les caractéristiques du balancier ne sont pas les mêmes dans chaque relation.



Cette variabilité résulte de la différence de la proportion d'énergie que chaque individu est enclin à investir dans la relation. Cette différence entre les gens, combinée avec le fait que les gens forment un attachement avec les autres qui sont disposés à faire les mêmes investissements émotionnels qu'eux, résultent en des relations qui peuvent figurer sur un continuum hypothétique.

La flexibilité du balancier de la relation. Alors que toutes les relations variant de très peu à très bien différenciées sont dans un état d'équilibre dynamique, la flexibilité naturelle ou inhérente dans ce balancier diminue à mesure que le niveau de différenciation du soi des partenaires décroît. Plus le degré de différenciation du soi des conjoints est bas, plus l'équilibre de la relation est instable et moins la relation est capable de s'adapter au changement. Cette diminution de la flexibilité résulte du fait qu'à mesure que la différenciation du soi décroît, le fonctionnement des individus et leur sens du bien-être dépend de plus en plus de la relation.

Plus les deux partenaires vivent une dépendance émotionnelle face à leur relation (c'est à dire que les conjoints sont peu différenciés), plus chacun d'eux risque de se sentir menacé par l'autre. La menace vécue par les gens dans une relation est basée sur une perception, pas nécessairement consciente, du manque de rapprochement ou d'attachement et d'un besoin de distance ou d'espace. La communication verbale et non verbale peut être perçue comme menaçante si elle indique des niveaux faibles ou encore trop élevés d'implication dans la relation. Les signes perçus peuvent être réels ou imaginés. La réaction fondamentale à cette menace se traduit par un pourcentage élevé d'anxiété. La perception (ou la fausse perception) d'un manque d'espace suffisant peut provoquer le sentiment d'être contrôlé, piégé ou étouffé. De l'autre côté, la perception (ou perception erronée) d'un

manque de rapprochement suffisant peut déclencher les sentiments d'être isolé, non supporté ou rejeté. Face à un degré élevé de dépendance émotionnelle des partenaires dans leur relation, leur énergie est investie dans des actions qui ont pour but de réduire cette anxiété. Il y a trois types d'actions: 1) la réactivité émotionnelle (cette externalisation de l'anxiété apporte une protection à la personne face au développement de symptômes cliniques); 2) la fusion; ou 3) la distance émotionnelle ou la coupure. Plus les gens se sentent contraints à prendre des actions pour réduire l'anxiété ou pour éviter le déclenchement de l'anxiété, moins il y a de flexibilité dans leur relation.

Dans les relations intimes où les deux personnes sont bien différenciées, celles-ci ne seront pas facilement menacées l'une par l'autre. Chacun des conjoints va être capable de tolérer les périodes de rapprochement et de distance de l'autre qui ne seront pas toujours en synchronicité avec les siennes. Ceci aura pour conséquence que leur relation demeurera remarquablement flexible.

En somme, le niveau de différenciation du soi influence le degré d'interdépendance émotionnelle dans une relation, et cette interdépendance affecte le fonctionnement individuel et conjugal. Le fonctionnement intrapsychique et interpersonnel sont donc des systèmes imbriqués.

### Les Mesures de la Différenciation du Soi

Bien que la théorie de Bowen qui stipule que le degré d'indifférenciation du soi des conjoints est à l'origine des difficultés maritales soit connue et utilisée depuis plusieurs années par les cliniciens, ce n'est que récemment que les chercheurs ont tenté de l'opérationnaliser. L'échelle hypothétique de la différenciation du soi de Bowen avait une

importance théorique et clinique seulement. Elle n'avait pas été conçue comme un instrument pouvant être utilisé pour assigner le niveau exact des gens.

Il existe maintenant plusieurs instruments qui tentent de mesurer le concept de la différenciation du soi, mais la plupart d'entre eux comportent des lacunes importantes soit:

- a) ils reflètent un seul aspect de la différenciation du soi (intrapsychique ou interpersonnel);
- b) ils représentent d'autres concepts que celui de la différenciation du soi; c) ils se concentrent sur les perceptions rétrospectives plutôt que sur les relations actuelles avec les membres de la famille; d) ils ne vérifient pas les relations avec les autres personnes significatives (partenaire ou autre); e) ils s'adressent à une population d'adolescents ou d'étudiants plutôt que d'adultes; ou f) ils comportent un nombre élevé de questions (pouvant aller jusqu'à 122) alourdissant le déroulement d'une expérimentation si celle-ci comporte l'administration d'autres questionnaires.

L'Échelle du Niveau de différenciation du soi de Haber (ÉNDS; Haber, 1990), par exemple, mesure une dimension unique: l'individuation. L'Échelle de différenciation du soi (ÉDS; Kear, 1978), ne mesure pas adéquatement la dimension intrapsychique et il ne vérifie pas la nature de la relation avec le ou la partenaire. De plus, les résultats d'un petit nombre d'études effectuées avec ses deux premières échelles sont contradictoires quant au rôle de la différenciation du soi dans l'établissement d'une satisfaction de couple adéquate. L'Analyse Structurale des Comportements Sociaux (Benjamin, 1974, 1979, 1993) comprend un axe différenciation du soi/enchevêtrement (notion similaire mais non identique à celle de la différenciation du soi) à partir duquel peuvent être compris les transactions entre les conjoints. Cet outil ne semble pas encore avoir été mis à profit pour explorer les liens entre le degré de différenciation du soi des partenaires et la qualité de leur vie à deux. L'Échelle d'Évaluation de l'Adaptabilité et de la Cohésion Familiales-III (mieux connu sous l'acronyme anglais FACES-III; Olson, Porter & Lavee, 1985) utilise la cohésion dyadique pour expliquer le

niveau de fonctionnement conjugal. Cette notion bien que similaire à celle de la différenciation du soi n'est pas tout à fait identique. Il y a également le Emotional Cut-off Scale (McCollum 1991) qui se concentre sur un seul aspect de la différenciation du soi, en l'occurrence le degré auquel un individu gère son attachement émotionnel à ses parents à travers la coupure émotionnelle. Le Family of Origin Scale (Hovestadt, Anderson, Piercy, Cochran, & Fine, 1985) met l'emphasis sur les perceptions rétrospectives plutôt que sur les relations actuelles avec les membres de la famille et cet instrument n'évalue pas la dimension intrapsychique. Le Questionnaire sur l'Autorité Personnelle dans le Système Familial (Bray, Williamson & Malone, 1984) comporte un nombre élevé d'énoncés (122 questions). De plus, même s'il inclut des items se rapportant aux relations actuelles, il néglige le concept de coupure émotionnelle, tout comme l'aspect intrapsychique du concept de la différenciation du soi de Bowen.

Il existe également des mesures du concept de séparation/individuation basées sur la théorie des relations d'objet, comme par exemple, Le Self Other Differentiation Scale (Olvers, Aries, & Batgos, 1989) et Le Separation Individuation test (Levine, Green, & Millon, 1986) (102 items) qui réfèrent à des situations qui caractérisent davantage les adolescents que les adultes. Même si le concept de séparation/individuation ressemble à celui de la différenciation du soi, il n'en est pas pour autant son équivalent, puisque l'individuation, selon la perspective de la théorie des relations d'objet, implique l'accomplissement d'un sens de l'identité, alors que la différenciation du soi est plus en lien avec le maintien de sa capacité de penser et de d'adopter des réactions saines lorsque confronté à des relations interpersonnelles chargées émotionnellement, particulièrement avec les membres de la famille. Même si la littérature tend à confondre les concepts de différenciation du soi et de séparation/individuation, à notre avis, de plus amples recherches devraient être faites en vue de distinguer ces concepts.

À notre connaissance, l'Inventaire de différenciation du soi (Differentiation of Self Inventory, DSI-2; Skowron & Friedlander, 1996) apparaît être l'instrument le plus complet en vue d'évaluer l'habileté à distinguer et à balancer les pensées et les émotions, ainsi que la capacité d'intimité et de séparation dans les relations actuelles avec les membres de la famille et les autres personnes significatives. Cet instrument a été retenu au fin de la présente recherche.

### Différenciation du Soi et Ajustement Conjugal

Plusieurs auteurs rapportent un lien important entre la différenciation du soi et la satisfaction conjugale. Bray, Williamson et Malone (1984) postulent que les individus reproduisent, au sein de leur relation conjugale, les conflits non résolus à l'intérieur de leur famille d'origine. Scarf (1991) soutient que la question de savoir comment être soi-même (autonome) tout en demeurant un partenaire conjugal (intime) constitue, pour nous tous, le dilemme conjugal principal. L'étude empirique de Skowron et Friedlander (1996) examine la valeur de la différenciation du soi pour prédire l'ajustement psychologique et la satisfaction maritale. Leurs conclusions sont à l'effet que plus un individu prend une position du "Je" dans ses relations, c'est à dire qu'il ne réagit pas émotionnellement en se coupant ou en fusionnant avec les autres, plus cet individu sera en mesure de vivre une plus grande satisfaction à l'intérieur du mariage. Cependant, leurs résultats n'ont pas été examinés auprès des deux partenaires du couple. Leur échantillon comprenait des individus mariés, mais un seul des conjoints participait à l'expérimentation. Notre recherche permettra de combler cette lacune en choisissant un échantillon où les deux partenaires seront évalués. On peut supposer que les couples dont les partenaires présentent tous deux des degrés élevés de différenciation du soi vont rapporter un meilleur ajustement.

Bader et Pearson (1988) réfèrent à la notion de différenciation du soi dans leur explication de la détresse conjugale. Ils postulent que les relations de couples se développent en traversant cinq étapes similaires à celle du petit enfant en cheminement dans le processus de séparation/individuation. Ainsi, les cinq phases de ce processus: symbiotique, différenciation du soi, essai, rapprochement et interdépendance ont pour but l'acquisition à la fois d'un sentiment d'identité et d'un attachement intime. Les auteurs soutiennent que les difficultés conjugales surviennent lorsqu'il y a un déséquilibre entre les phases développementales où se situent les conjoints. Chaque phase est une étape temporaire vers l'état d'interdépendance, ce qui permet de supposer que l'intégration de la différenciation du soi et de l'attachement s'accroît en fonction de la durée de la relation. Il serait intéressant de vérifier la relation entre le niveau de différenciation du soi et le nombre d'années de cohabitation.

Quelques auteurs intègrent les relations entre la différenciation du soi et les attitudes amoureuses. Harvey, Curry et Bray (1991) postulent que le niveau d'intimité vécu dans la relation conjugale serait en partie attribuable au niveau d'intimité et d'individuation de chaque individu en relation avec ses parents. Par le concept d'autorité personnelle dans le système familial, Williamson et Bray (1988) associent les notions de différenciation du soi et de capacité d'intimité d'un individu. L'acquisition de l'autorité personnelle permet à l'individu de rétablir une relation égalitaire avec ses parents, ce qui constitue le fondement de la capacité d'intimité d'une personne. Gilligan (1982) présente une vision de l'individuation et de l'attachement qui se vit différemment chez l'homme et la femme. L'homme valorise l'individualisme comme expression de sa maturité, alors que la femme soutire sa valeur personnelle de ses capacités d'ajustement aux besoins des personnes aimées. Ceci a pour conséquence que l'homme se sentirait plus menacé face à une trop

grande intimité, alors que la femme vivrait plus de détresse face à une séparation trop intense. Erikson (1982) conçoit qu'au fur et à mesure que les hommes mûrissent, ils trouvent plus facile d'atteindre une identité indépendante, mais ils éprouvent plus de difficulté à apprendre à être intimes avec ceux qu'ils aiment. Les femmes apprennent facilement à être intimes avec les autres, mais elles ont plus de difficulté à apprendre à être indépendantes. Les travaux de Lang-Takak et Osterweil (1992) arrivent aux mêmes conclusions à l'effet que les hommes recherchent un plus haut degré de séparation que les femmes qui elles, manifestent un plus haut désir d'intimité et d'affiliation. Dans notre étude nous allons vérifier si la relation entre la différenciation du soi et l'intimité peut aussi s'appliquer aux deux autres dimensions des attitudes amoureuses soit: la passion et l'engagement.

La présentation des théories relatives à la différenciation du soi et aux attitudes amoureuses montre que ces deux variables jouent un rôle déterminant dans l'évolution ou la détérioration de la qualité de la relation conjugale. Également, il y a lieu de croire que l'examen du degré de différenciation du soi de chacun des conjoints permettra de mieux comprendre leur fonctionnement dans les sphères d'intimité, de passion et d'engagement. De plus, le jeu des relations entre ces variables contribuera à expliquer le niveau de satisfaction conjugale des individus.

### Objectifs et Hypothèses de Travail

La présente étude a pour but de répondre à quatre objectifs. Le premier objectif s'intéresse aux relations entre les différentes données socio-démographiques et les variables mises à l'étude. Le relevé de la littérature a révélé, par exemple, la présence de différences entre les hommes et les femmes dans leur façon de vivre l'intimité, la passion et

l'engagement; ou encore a démontré l'existence d'un lien entre la durée de la cohabitation et l'évolution des composantes intimité, passion et engagement, ainsi qu'une relation entre le nombre d'années de cohabitation et le niveau de différenciation du soi. Ces résultats n'ayant pas été obtenus auprès d'échantillons de couples, il est donc pertinent de reprendre ces analyses et d'examiner si d'autres données socio-démographiques seraient reliées aux variables mises à l'étude.

Le deuxième objectif consiste à vérifier la nature des relations entre la différenciation du soi et les attitudes amoureuses, ainsi que les liens reliant chacune de ces variables à l'ajustement dyadique. En effet, il n'y a jamais eu de tentative en vue d'examiner simultanément les relations entre la différenciation du soi et les trois attitudes amoureuses. De plus, une seule étude a examiné de façon globale le lien entre la différenciation du soi et l'ajustement dyadique. Enfin, il est permis de croire que les attitudes amoureuses seraient reliées aux dimensions de l'ajustement. Dans le but de vérifier cet objectif, nous émettons les hypothèses suivantes:

- 1) La différenciation du soi sera positivement reliée aux dimensions d'intimité, de passion et d'engagement.
- 2) La différenciation du soi sera positivement corrélée aux dimensions de l'ajustement dyadique.
- 3) Les scores de passion, d'intimité et d'engagement seront positivement corrélés à l'ajustement dyadique.



Un troisième objectif de la recherche sera d'évaluer si la différenciation du soi explique une portion significative de la variance associée à chacune des trois composantes des attitudes amoureuses. De plus, nous allons vérifier si la différenciation du soi et les attitudes amoureuses apportent une contribution additive à l'explication de la variance associée à l'ajustement dyadique. Nous émettons les deux hypothèses suivantes:

4) La différenciation du soi contribuera significativement à l'explication de l'intimité, de la passion et de l'engagement.

5) Les dimensions de différenciation du soi et des attitudes amoureuses apporteront une contribution additive significative à l'explication de l'ajustement dyadique.

Le quatrième objectif porte sur l'influence de l'appariement des conjoints à partir de leur degré de différenciation du soi sur les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique. Puisque qu'aucune étude n'a tenté d'explorer les effets d'une similarité ou d'une complémentarité dans l'appariement des conjoints au niveau de leur différenciation du soi, nous émettons les hypothèses suivantes:

6) Les dyades dont les deux conjoints auront des scores élevés de différenciation du soi rapporteront un niveau d'intimité, de passion et d'engagement supérieur à celui des dyades dans lesquelles l'appariement se caractérisera par des niveaux de différenciation du soi bas ou mixtes.

7) Les dyades dont les deux conjoints auront des scores élevés de différenciation du soi afficheront un niveau d'ajustement dyadique supérieur à celui des dyades dans lesquelles l'appariement se caractérisera par des niveaux de différenciation du soi bas ou mixtes.

## Chapitre II

### Méthode

Ce chapitre présente les éléments méthodologiques utilisés pour la réalisation de cette expérimentation. Les caractéristiques de la population étudiée, ainsi que la procédure seront d'abord abordés. Suivra une description des divers instruments de mesures utilisés.

### Participants et Procédure

L'échantillon se compose de 82 couples francophones hétérosexuels. Ces couples ont déjà participé à une première étude en Février 1996 où ils avaient été recrutés par l'entremise des médias et de divers organismes récréatifs de la Montérégie. Ils sont sollicités de nouveau à la fin du mois de mars 1997, par le courrier et les appels téléphoniques, pour leur participation volontaire à cette nouvelle recherche visant l'étude des attitudes pouvant maintenir une vie de couple satisfaisante ou nuire à l'équilibre conjugal. Ces 82 couples représentent près de 50% de l'échantillon original.

Chaque conjoint est tenu de répondre individuellement aux questionnaires envoyés à la maison et le retour se fait dans des enveloppes séparées pour chacun. Afin de les remercier, chacun des conjoints reçoit par la suite un rapport personnel de ses résultats aux différents questionnaires. Dans le cas où la participation à cette étude aurait soulevé des inquiétudes à propos de leur relation ou autre, une référence à des professionnels de leur région est incluse dans le rapport. Il s'est écoulé trois mois entre le début de l'expérimentation et la réception de tous les questionnaires.

Les caractéristiques socio-démographiques des participants indiquent que la moyenne d'âge des femmes est de 38.9 ans et celle des hommes de 40.7 ans. Ils ont tous les deux une moyenne de scolarité de 14 années. Ces couples cohabitent ensemble depuis en moyenne 13.3 ans et 57 couples, parmi les 82, sont mariés. Ils ont en moyenne un enfant. Le revenu annuel moyen des femmes se situe à \$ 20,337 et celui des hommes atteint \$ 41,962. Enfin depuis les six derniers mois, cinq couples ont consulté un professionnel pour discuter de leurs problèmes conjugaux.

### Instruments

Parmi les instruments de mesure, les participants ont d'abord complété un formulaire de consentement et ont répondu à un questionnaire de renseignements socio-démographiques. Ils ont également complété trois autres instruments de mesure: l'Inventaire sur la différenciation du soi (Skowron & Friedlander 1996), l'Échelle du triangle amoureux (Sternberg, 1987) et l'Échelle d'ajustement dyadique (Spanier, 1976).

#### Différenciation du Soi

L'Inventaire de la différenciation du soi (IDS-2) a été créé et validé par Skowron et Friedlander (1996). Il est composé de 43 items se regroupant sous quatre dimensions: la réactivité émotionnelle, la position du "JE", la fusion et la coupure émotionnelle. Les énoncés se répondent sur une échelle graduée de 1 (pas du tout vrai à mon sujet) à 6 (très vrai à mon sujet). Les 11 items reliés à l'échelle de la réactivité émotionnelle (RÉ) reflètent le degré auquel un individu tend à répondre aux stimuli de son environnement sur la base de réponses émotionnelles automatiques, comparativement à la capacité de choisir de répondre de façon différente (p. ex., Par moment mes sentiments prennent le dessus et j'ai

du mal à penser clairement). L'échelle de la position du "JE" (PJ) contient 11 items qui reflètent un sens clairement défini de soi, ainsi que l'habileté à maintenir ses convictions même lorsqu'il y a une pression de l'environnement (p. ex., Habituellement je ne modifie pas mon comportement simplement pour plaire à une autre personne). Les 12 items de l'échelle de la coupure émotionnelle avec les autres (CÉ) évaluent les sentiments de vulnérabilité dans les relations interpersonnelles au niveau de la peur de vivre l'intimité (p. ex., Je m'inquiète à la pensée de perdre mon indépendance dans les relations intimes). Finalement, les 9 items de l'échelle de la fusion avec les autres (FA) reflètent le degré de surinvestissement dans les relations (p. ex., Lorsque mon (ma) conjoint(e) se trouve loin pendant trop longtemps, j'éprouve l'impression qu'il me manque une partie de moi-même). Tous les items composant les dimensions (RÉ), (CÉ), (FA), ainsi qu'un item de (PJ) sont inversés; ainsi les scores élevés reflètent une plus grande différenciation du soi. La sommation des quatre sous-échelles permet d'obtenir un score total de différenciation du soi qui varie de 43 à 258.

Dans l'étude de Skowron et Friedlander (1996), le score moyen pour l'échelle globale est de 160,3 et il varie de 2.07 à 4.34 pour les sous-échelles. Les auteurs obtiennent des coefficients de cohérence interne pour le score global ainsi que pour chacune des sous-échelles qui sont respectivement de: échelle globale = .88; (RÉ) = .84; (PJ) = .83; (CÉ) = .82; et (FA) = .74. Les corrélations entre les sous-échelles et l'échelle globale vont de modérées à élevées variant de .43 (FA) à .80 (RÉ). Les inter-corrélations entre les sous-échelles varient de faibles (.08) à modérées (.53). En somme, Skowron et Friedlander (1996) ont trouvé que les quatre sous-échelles démontrent à la fois une bonne homogénéité interne ainsi qu'une hétérogénéité entre elles. La notion de validité est soutenue par des corrélations faibles à modérées avec une mesure de désirabilité sociale (corrélations variant de -.36 à .28). Trois modèles théoriques ont été évalués à l'aide d'analyses factorielles

confirmatoires: les modèles en un facteur (Modèle unidimensionnel), deux facteurs (intrapsychique et interpersonnel) et quatre facteurs (quatre sous-échelles). Ces analyses confirment la valeur du modèle en quatre facteurs de la différenciation du soi. Deux hypothèses tirées de la théorie de Bowen ont été confirmées. Il y a une relation négative entre la différenciation du soi et la présence de symptômes psychologiques mesurés par le General Severity Index (GSI, Derogatis, Lipman, Rickels, Uhlenhuth, & Covi, 1974). De plus, il y a une relation positive entre la différenciation du soi et la satisfaction maritale mesurée par le Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976). Dans la présente étude, le score moyen pour l'échelle globale est de 162.6 et il varie de 2.94 à 4.69 pour les sous-échelles. Les coefficients de consistance interne (alpha de Cronbach) obtenus pour le score global et les quatre sous-échelles semblent adéquats; score global = .85; (RÉ) = .83; (PJ) = .74; (CÉ) = .80; (FA) = .66. Les corrélations entre les sous-échelles et l'échelle globale vont de modérées à élevées variant de .44 (FA) à .85 (RÉ). Les inter-corrélations entre les sous-échelles varient de faibles (-.06) à modérées (.43). Dans l'ensemble ces différents indices sont comparables à ceux obtenus par Skowron et Friedlander (1996). Pour faciliter la compréhension du chapitre des résultats, la différenciation du soi sera interprétée de la façon suivante: Plus l'individu est différencié, plus il obtient des scores élevés au niveau de la cote globale ainsi qu'à la sous-échelle position du Je, et plus il obtient des scores bas au niveau de la réactivité émotionnelle, de la coupure et de la fusion.

### Triangle amoureux

L'Échelle du triangle amoureux (Sternberg, 1987) contient 45 items (associés à une échelle de réponse allant de 1 "pas du tout" à 9 "énormément") qui mesurent trois dimensions centrales de l'amour: l'intimité, la passion et la décision/engagement (15 items par échelle). L'auteur obtient un indice de cohérence interne pour les trois échelles de .90,

ainsi que des coefficients de fidélité test-retest variant entre .75 et .81. sur une période de deux semaines. Pour leur part, Bernard & Whitley (1993) obtiennent des coefficients de cohérence interne supérieurs à .96 pour les trois dimensions. Acker et Davis (1992) ont analysé la structure factorielle selon trois modèles en deux, trois et quatre facteurs pour en arriver à la conclusion que la structure en trois facteurs, qui explique 63 % de la variance, semble produire les résultats les mieux interprétables. Mikulincer et Erev (1991) confirment également la structure en trois facteurs qui explique 52% de la variance avec un indice de cohérence interne variant de .90 à .92. Ils ont également trouvé des corrélations élevées entre les sous-échelles, ce qui est conforme à ce qui a été trouvé dans les autres recherches (Bernard & Whitley, 1993; Chojnacki & Walsh, 1990; Hendrick & Hendrick, 1989; Levy & Davis, 1988). Afin de corriger le chevauchement trop grand des pondérations des items sur plus d'un facteur, Acker et Davis (1992) ont bâti une version plus courte de l'échelle de Sternberg en éliminant les pondérations croisées. Cette version procure des indices de cohérence interne de .86 pour l'intimité, de .89 pour la passion et de .93 pour l'engagement. Les conclusions de Acker et Davis (1992) sont à l'effet que même si l'échelle du Triangle amoureux n'est pas parfaite, elle produit une mesure adéquate des trois dimensions théoriques. Dans la présente étude, puisque le nombre d'item était trop élevé, en comparaison au nombre de participants pour effectuer une analyse factorielle, nous avons dégagé 15 scores composés de trois items chacun. L'analyse factorielle a donc été effectuée sur ces 15 scores. Nous avons éliminé les scores dont les items (9) avaient des pondérations sur plus d'un facteur. À l'instar de Acker et Davis (1992), nous avons obtenu une structure en trois facteurs qui explique 83% de la variance. Les coefficients de saturation des items sur leur facteur théorique sont adéquats: intimité (variant entre .73 et .80); passion (variant entre .72 et .80) et engagement (variant entre .67 et .76). Les alphas de Cronbach se situent à .94 pour l'intimité, .89 pour la passion et .92 pour l'engagement. Les corrélations entre les sous-échelles varient entre .69 et .82 (voir tableaux 1 et 2).

### Ajustement Dyadique

L'Échelle d'ajustement dyadique (ÉAD; Spanier, 1976) compte 32 items qui permettent d'évaluer quatre dimensions de l'ajustement du couple soient: la cohésion (capacité de partager différentes activités), la satisfaction (satisfaction face à l'état actuel de la relation et engagement à maintenir cette relation), le consensus (capacité des partenaires d'être en accord sur des sujets importants pour l'un et l'autre); et l'expression affective (satisfaction vis à vis l'amour et la sexualité). La cote globale varie de 0 à 151. Le point de rupture souvent utilisé pour différencier les couples perturbés des couples non perturbés est de 100. Plus la cote est supérieure à ce chiffre, plus la qualité de la relation conjugale est élevée. Inversement, plus la cote est inférieure à ce chiffre, plus il y a présence de difficultés dans la relation. Traduit et validé en 1986 par Baillargeon, Dubois et Marineau, l'ÉAD fait preuve d'une validité de contenu et de construit considérable et d'une cohérence interne élevée sur l'échelle totale (.91). De nombreuses études soulignent les qualités psychométriques de cet instrument (Sabourin, Lussier, Laplante, & Wright, 1990). Dans la présente étude, les coefficients de cohérence interne (alpha de Cronbach) obtenus sont: échelle global = .91; consensus = .83; satisfaction = .84; cohésion = .81; expression affective = .71.



## Chapitre III

### Résultats

Ce chapitre se divise en quatre sections. La première section examine les relations entre les différentes données socio-démographiques et les variables mises à l'étude. La seconde section vise la vérification des hypothèses se rapportant à la relation entre la différenciation du soi et les attitudes amoureuses, ainsi que les liens entre chacune de ces variables à l'ajustement dyadique. La troisième section a pour but de vérifier la contribution de la différenciation du soi à l'explication de la variance associée à chacune des trois composantes des attitudes amoureuses, ainsi que la contribution de la différenciation du soi et des attitudes amoureuses à l'explication de la variance associée à l'ajustement dyadique. Finalement, la dernière section se concentre sur l'examen de l'appariement des conjoints à partir de leur niveau de différenciation du soi et de ses effets sur les attitudes amoureuses et sur la satisfaction conjugale. Les résultats sont présentés en distinguant les données relatives aux femmes et celles relatives aux hommes. Afin de bien suivre la présentation des résultats, il est important que le lecteur se rappelle que le concept de la différenciation du soi est évalué à partir d'un score global et de quatre sous-échelles. Plus l'individu est différencié, plus il obtient des scores élevés au niveau de la cote globale, ainsi qu'à la sous-échelle position du Je, et plus il obtient des scores bas au niveau de la réactivité émotionnelle, de la coupure et de la fusion. L'ajustement dyadique se définit également en sous-échelles comprenant la cohésion, la satisfaction, le consensus et l'expression affective, ainsi qu'un score global. Les attitudes amoureuses sont quant à elles composées de trois dimensions qui évaluent l'intimité, la passion et l'engagement.

### Relations entre les Données Socio-Démographiques et les Variables Mises à l'Étude

L'examen des liens entre les données socio-démographiques et les variables permet de vérifier certaines relations déjà appuyées par des études empiriques comme l'existence de différences sexuelles au niveau des attitudes amoureuses, d'un cheminement particulier de l'intimité, de la passion et de l'engagement tout au long de la durée d'une relation intime et d'un niveau de différenciation du soi atteint en fonction de la durée de la relation. Puisque d'autres informations socio-démographiques ont été recueillies dans la présente étude, telles que le statut actuel (marié ou conjoint de fait), l'âge, le revenu annuel et le niveau de scolarité des participants, celles-ci seront mises en relation avec les variables de différenciation du soi, d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique. Ces résultats permettront peut-être de documenter un peu plus les théories existantes.

Tout d'abord, les comparaisons de moyennes (à l'aide de tests-t pairés) des hommes et des femmes présentées au tableau 1 montrent qu'ils divergent au niveau du score global de différenciation et d'une des sous-échelles; la réactivité. Au niveau de l'échelle globale, les hommes sont plus différenciés que les femmes. Au niveau de la réactivité, les femmes obtiennent une moyenne significativement plus élevée que les hommes, ce qui signifie qu'elles sont émotionnellement plus réactives que les hommes. En ce qui a trait aux attitudes amoureuses, les comparaisons de moyennes révèlent que les hommes vivent plus de passion que les femmes et qu'ils sont plus engagés que les femmes. Ce niveau élevé de passion que l'on retrouve chez l'homme vient contredire les résultats présentés dans la littérature. Il n'y a pas de différence entre les conjoints au niveau de l'intimité. Au niveau de l'ajustement dyadique, les hommes et les femmes ne diffèrent pas, tant au niveau du score global que des quatre sous-échelles.

Tableau 1

Comparaison des femmes et des hommes en relation avec les variables de différenciation du soi, des attitudes amoureuses et de l'ajustement dyadique

	Femmes	Hommes	t
<u>Différenciation du soi</u>			
Cote globale	159.31	165.86	1.92*
Position du JE	4.22	4.30	.79
Réactivité	3.65	3.04	4.65***
Coupure	2.25	2.36	.98
Fusion	4.07	4.04	.29
<u>Attitudes amoureuses</u>			
Intimité	7.68	7.83	.96
Passion	6.23	6.81	2.37*
Engagement	7.37	7.81	2.38*
<u>Ajustement dyadique</u>			
Cote globale	118.65	119.68	.46
Cohésion	16.59	16.46	.21
Satisfaction	39.81	40.73	1.09
Consensus	53.30	53.36	.06
Expression Affective	8.93	9.12	.55

\*  $p < .05$ .    \*\*  $p < .01$ .    \*\*\*  $p > .001$ .

Degré de liberté = 162

Aucune différence significative n'a été observée entre les conjoints mariés et ceux vivant en cohabitation en fonction de leurs cotes de différenciation du soi (score global et les quatre sous-échelles) (voir tableau 2). Pour les attitudes amoureuses, les femmes mariées sont plus engagées que les femmes vivant en cohabitation et également les hommes mariés sont plus engagés que les hommes vivant en cohabitation. On ne retrouve pas de différence entre les individus mariés et en union de fait pour les dimensions intimité et passion. Aucune différence significative n'est observée pour l'ajustement dyadique (score global et ses quatre sous-échelles) en fonction du statut conjugal.

Il existe une relation significative entre l'âge et la différenciation du soi chez les femmes (voir tableau 3). Plus les femmes sont âgées, plus elles ont un niveau élevé de différenciation du soi au niveau du score global. Plus elles sont âgées, plus elles ont un niveau bas de réactivité et un niveau bas de fusion. Aucune relation significative entre ces variables n'a été observée chez les hommes. L'âge n'est pas en relation de façon significative avec les attitudes amoureuses autant chez les femmes que chez les hommes. L'âge est relié de façon négative avec l'ajustement chez les femmes. Plus elles sont âgées, moins elles vivent de cohésion et de satisfaction. Aucune relation significative entre ces variables n'a été observée chez les hommes.

Le nombre d'années de cohabitation est relié négativement et significativement chez les femmes à une des sous-échelles de la différenciation du soi, soit la fusion (voir tableau 3). Ainsi, plus les femmes vivent en couple depuis plusieurs années, moins elles ont des comportements fusionnels. Aucune relation significative entre le nombre d'années de vie commune et la différenciation du soi n'a été observée chez les hommes. Ceci confirme faiblement la relation trouvée par Bader et Pearson (1988) au niveau de l'augmentation de la

Tableau 2

Comparaison des femmes et des hommes mariés ou vivant en cohabitation en fonction de la différenciation du soi, des attitudes amoureuses et de l'ajustement dyadique

	Femmes			Hommes		
	mariées	cohabitation	t	mariés	cohabitation	t
<u>Différenciation</u>						
Cote globale	159.75	158.32	.24	163.68	170.84	1.47
Position du Je	4.26	4.13	.79	4.23	4.46	1.33
Réactivité	3.63	3.71	.37	3.19	3.25	.39
Coupure	2.26	2.22	.23	2.58	2.63	.33
Fusion	4.08	4.06	.13	4.08	3.93	.82
<u>Attitudes</u>						
Intimité	7.73	7.57	.58	7.87	7.75	.57
Passion	6.33	6.02	.75	6.91	6.59	1.01
Engagement	7.64	6.89	2.43*	7.99	7.41	2.50*
<u>Ajustement</u>						
Cote globale	118.49	119.04	.15	119.80	119.4	.13
Cohésion	16.59	16.60	.00	16.22	17.00	.83
Satisfaction	40.03	39.32	.52	40.98	40.16	.69
Consensus	52.96	54.08	.73	53.45	53.16	.21
Expression Affective	8.89	9.04	.28	9.14	9.08	.12

\*  $p < .05$ .

Degré de liberté = 80

différenciation du soi avec la durée de la relation. Le nombre d'années de cohabitation est en relation inverse avec le niveau d'intimité et de passion chez les hommes. Ainsi, leur niveau d'intimité et de passion diminue à mesure que les années de vie commune s'accumulent. Aucune relation significative entre ces variables n'a été observée chez les femmes. On ne trouve aucune relation significative entre l'engagement et le nombre d'années de cohabitation autant chez les femmes que chez les hommes. Ainsi, les conclusions des études quant au déclin de la passion et de l'intimité ne sont confirmées que pour les hommes. Le nombre d'années de cohabitation présente une corrélation négative avec l'ajustement chez les femmes au niveau de la cohésion, de la satisfaction et du consensus, et également chez l'homme au niveau de la cohésion. Les femmes et les hommes vivent donc une diminution de certaines dimensions de leur ajustement à mesure que les années de vie conjugale augmentent.

On observe une relation négative et significative entre le revenu et l'échelle de différenciation du soi "coupure" chez les hommes (voir tableau 3). Plus les hommes ont un revenu élevé, moins ils ont tendance à mettre une distance émotionnelle avec les autres. Aucune relation significative entre la différenciation du soi et le revenu n'a été observée chez les femmes. Le revenu n'a pas d'influence sur les attitudes amoureuses autant chez les hommes que chez les femmes. Le revenu n'est pas relié de façon significative à l'ajustement dyadique chez la femme, mais il l'est chez l'homme de façon positive au niveau de l'ajustement global, de la satisfaction et du consensus. Les hommes ayant un revenu élevé ont, par conséquent, un niveau d'ajustement conjugal supérieur.

Il existe une relation significative entre le niveau de scolarité des hommes et leur différenciation du soi au niveau du score global et de l'échelle de coupure (voir tableau 3).

Tableau 3

Corrélations entre les variables socio-démographiques et les indices de différenciation du soi, d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les femmes et les hommes

	Age		Cohabitation		Revenu		Scolarité	
	F	H	F	H	F	H	F	H
<u>Différenciation</u>								
Cote globale	.21*	-.04	.15	-.14	.00	.20	.10	.27*
Position du Je	.17	-.09	.08	-.17	-.02	.09	-.07	.14
Réactivité	-.28**	-.01	-.18	-.02	.02	-.08	-.07	-.13
Coupure	.13	.12	.03	.19	-.14	-.23*	-.19	-.21*
Fusion	-.32**	-.05	-.22*	-.00	.12	-.16	-.04	-.12
<u>Attitudes</u>								
Intimité	-.17	-.14	-.19	-.23*	.05	.20	.15	.23*
Passion	-.18	-.19	-.15	-.21*	.07	.11	.06	-.01
Engagement	-.11	-.12	-.07	-.11	.01	.14	.07	.06
<u>Ajustement</u>								
Cote globale	-.20	-.04	-.30**	-.21	.08	.28*	.24*	.31**
Cohésion	-.23*	-.10	-.22*	-.21*	.05	.16	.22*	.25*
Satisfaction	-.28**	-.02	-.29**	-.18	.10	.23*	.28*	.17
Consensus	-.08	-.05	-.25*	-.16	.00	.24*	.13	.26*
Expression Affective	.03	.14	-.13	-.03	.16	.20	.10	.33**

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

F = femmes; H = hommes.



Plus les hommes ont une scolarité élevée, plus ils sont différenciés et moins ils ont tendance à mettre une distance émotive avec les autres. Aucune relation significative entre ces variables n'a été observée chez les femmes. Le niveau de scolarité est relié de façon positive à l'intimité chez les hommes. Plus les hommes sont scolarisés, plus ils vivent de l'intimité avec leur partenaire. Aucune relation significative entre ces variables n'a été observée chez les femmes. Le niveau de scolarité est lié positivement à l'ajustement dyadique chez l'homme au niveau de l'échelle global, de la cohésion, du consensus et de l'expression affective. Le niveau de scolarité est aussi relié positivement à l'ajustement dyadique chez la femme au niveau de l'ajustement global de la cohésion et de la satisfaction. Les hommes et les femmes hautement scolarisés sont donc plus ajustés dans leur relation de couple.

Dans l'ensemble, ces résultats montrent que certaines variables socio-démographiques peuvent être associées à la différenciation du soi actuelle des conjoints, aux attitudes adoptées face à l'amour et à la satisfaction conjugale ressentie.

### Vérification des Hypothèses de Recherche

Les quatre objectifs de la présente étude, regroupant sept hypothèses, feront successivement l'objet d'une évaluation à l'aide d'analyses statistiques.

#### Relation entre la Différenciation du Soi, les Attitudes Amoureuses et l'Ajustement Dyadique

Dans un premier temps, cette section vérifie l'existence et la nature des relations entre la différenciation du soi et les attitudes amoureuses et également entre ces deux ensembles de variables et l'ajustement dyadique.

La première hypothèse stipule que les individus ayant un degré élevé de différenciation du soi (score global et position du Je élevé, réactivité, coupure et fusion basses) auront des niveaux élevés d'intimité, de passion et d'engagement. Chez les femmes, les corrélations présentées au tableau 4 démontrent que plus elles sont différenciées au niveau de l'échelle globale, moins elles sont passionnées. Ce résultat va à l'encontre de l'hypothèse de départ. En examinant les relations entre chacune des sous-échelles de la différenciation du soi et les attitudes amoureuses, on constate qu'un seul résultat confirme l'hypothèse. Ainsi, moins les femmes se coupent émotionnellement (différenciation élevée), plus elles sont capables d'intimité et d'engagement. Les autres résultats montrent que plus elles sont réactives émotionnellement, plus elles sont passionnées. Plus les femmes fusionnent, plus elles sont passionnées et engagées. En somme, ces résultats chez les femmes supportent très faiblement la première hypothèse.

Chez les hommes, les corrélations présentées au tableau 5 démontrent que plus ils sont différenciés au niveau de l'échelle globale, plus ils sont intimes et engagés. Ce résultat confirme l'hypothèse de départ. Les résultats de deux sous-échelles de différenciation du soi vont également dans le sens de l'hypothèse formulée. Ainsi, moins ils sont émotionnellement réactifs (différenciation élevée), plus ils sont intimes. Moins ils se coupent émotionnellement (différenciation élevée), plus ils sont intimes, passionnés et engagés. Par contre, plus ils fusionnent, plus ils sont intimes passionnés et engagés. Ce résultat similaire à celui observé chez les femmes va à l'encontre de l'hypothèse de départ. En somme, les hommes présentent un patron de résultats beaucoup plus cohérent avec l'hypothèse de recherche, comparativement aux résultats obtenues par les femmes. Toutefois, les relations inverses entre la sous-échelle de fusion et les trois attitudes amoureuses va à l'encontre de cette hypothèse.

Tableau 4

Corrélations entre les indices de différenciation du soi,  
d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les femmes

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<u>Différenciation</u>												
1. Cote globale	.89***	.69***	.65***	.56***	.11	-.21*	-.04	.13	.17	.10	.07	.04
2. Réactivité		.51***	.41***	.52***	-.01	.24*	.13	-.04	-.12	.00	-.03	.03
3. Position du Je			.30**	.19	.10	-.10	.03	.03	.12	.04	-.04	-.03
4. Coupure				-.03	-.32**	-.18	-.25*	-.35***	-.35**	-.39***	-.17	-.19
5. Fusion					.10	.43***	.25*	.13	.20	.19	.00	.02
<u>Attitudes</u>												
6. Intimité						.73***	.82***	.74***	.55***	.79***	.55***	.54***
7. Passion							.78***	.61***	.51***	.68***	.39***	.59***
8. Engagement								.60***	.44***	.70***	.37***	.55***
<u>Ajustement</u>												
9. Cote globale									.77***	.87***	.84***	.67***
10. Cohésion										.64***	.48***	.37***
11. Satisfaction											.56***	.55***
12. Consensus												.50***
13. Expression affective												

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Tableau 5  
Corrélations entre les indices de différenciation du soi,  
d'attitudes amoureuses et d'ajustement dyadique chez les hommes

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<u>Différenciation</u>												
1.Cote globale	.83***	.62***	.74***	.30**	.36**	.13	.22*	.43***	.29**	.34**	.36***	.37***
2. Réactivité		.37***	.48***	.17	-.26*	-.10	-.18	-.29**	-.18	-.20	-.26**	-.26**
3. Position du Je			.33**	-.11	.16	.11	.21	.21*	.27**	.13	.12	.19
4.Coupure				-.08	-.60***	-.35***	-.48***	-.62***	-.41**	-.54***	-.51***	-.44***
5. Fusion					.21*	.31**	.34**	.13	.19	.11	.06	.02
<u>Attitudes</u>												
6. Intimité						.75***	.80***	.55***	.57***	.77***	.43***	.44***
7. Passion							.69***	.47***	.52***	.50***	.36***	.26*
8.Engagement								.32**	.38***	.52***	.20	.23*
<u>Ajustement</u>												
9. Cote globale									.76***	.78***	.85***	.70***
10.Cohésion										.44***	.53***	.42***
11.Satisfaction											.44***	.48***
12. Consensus												.43***
13. Expression affective												

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

La seconde hypothèse stipule que les individus ayant un degré élevé de différenciation du soi auront un niveau élevé d'ajustement dyadique. Chez les femmes, une seule sous-échelle de différenciation du soi est reliée significativement à leur ajustement conjugal (voir tableau 4). Moins elles se coupent émotionnellement (différenciation élevée), plus elles sont ajustées (échelle globale d'ajustement et sous-échelles cohésion et satisfaction). Ces résultats confirment cette seconde hypothèse. Chez les hommes, le tableau 5 montre que plus ils sont différenciés (échelle globale), plus ils sont ajustés (cote globale et les quatre sous-échelles). Dans le même sens, l'examen des relations entre les sous-échelles de différenciation et les indices d'ajustement conjugal montre que plus ils adoptent une position du Je, plus ils sont ajustés (échelle globale et cohésion). Moins ils sont réactifs (différenciation élevée), plus ils sont ajustés (échelle globale, consensus et expression affective). En somme, ces résultats supportent, d'une façon plus marquée chez les hommes, la deuxième hypothèse selon laquelle les individus différenciés ont un niveau plus élevé d'ajustement dyadique.

La troisième hypothèse stipule que les individus ayant un niveau élevé d'intimité, de passion et d'engagement auront un haut niveau d'ajustement dyadique. Les définitions des attitudes amoureuses et du concept d'ajustement dyadique pourraient laisser croire que ces concepts seraient identiques ou qu'il y aurait un certain chevauchement entre les sous-échelles. Avant de jeter un regard sur les corrélations, nous avons donc procédé à une analyse factorielle afin de vérifier si ces concepts sont bien distincts. Les résultats de l'analyse factorielle à rotation varimax (en utilisant les trois sous-échelles du questionnaire sur les attitudes amoureuses et les quatre sous-échelles de l'ÉAD) indiquent que ces deux concepts se distinguent clairement sauf pour la sous-échelle satisfaction qui pondère plus fortement sur le facteur regroupant les attitudes amoureuses (Facteur 1: intimité = .82;

passion = .88; engagement = .99 et satisfaction = .69; Facteur 2: consensus = .97; satisfaction = .26; cohésion = .59 et expression affective = .66). Ainsi, pour éviter tout chevauchement possible entre les concepts, nous éliminerons la sous-échelle satisfaction dans toutes les analyses subséquentes visant à examiner les relations entre les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique. L'examen des corrélations entre les attitudes amoureuses et les trois sous-échelles d'ajustement (voir tableau 4 et 5) indiquent des liens significatifs entre toutes les variables (sauf entre l'engagement et le consensus chez l'homme), ce qui démontre que plus les femmes et les hommes vivent de l'intimité, de la passion et de l'engagement, plus ils sont ajustés. De plus, l'ordre de grandeur de la moyenne des corrélations étant élevé ( $\bar{M} = .49$ ), cela démontre que les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique sont des variables distinctes.

#### Rôle de la Différenciation du Soi dans l'Explication de la Variance Associée à l'Intimité, la Passion et l'Engagement

Des analyses de régression sont effectuées dans le but de vérifier la quatrième hypothèse selon laquelle la différenciation du soi viendrait expliquer une portion de la variance associée à l'intimité, la passion et l'engagement. Les dimensions de la différenciation du soi (position du Je, réactivité émotionnelle, coupure émotionnelle et fusion) ont tenu lieu de variables indépendantes alors que l'intimité, la passion et l'engagement ont tenu lieu séparément de variable dépendante.

Les résultats présentés au tableau 6 démontrent que, chez les femmes, l'ensemble des sous-échelles de la différenciation du soi explique significativement 18% de la variance associée à l'intimité. L'examen des coefficients Bêtas révèle qu'une fois l'effet de l'ensemble des variables contrôlé, seule la dimension coupure de la différenciation du soi

Tableau 6

Régression multiple de la différenciation du soi sur chaque composante des attitudes  
amoureuses pour les femmes

Intimité		
	Bêta	t
Position du Je	.01	.05
Réactivité émotionnelle	.09	.64
Coupure	-.44	-3.7***
Fusion	.06	.53
$R^2 = .18, F(4,77) = 4.36^{**}$		
Passion		
Position du Je	-.06	-.57
Réactivité émotionnelle	.11	.79
Coupure émotionnelle	-.27	-2.42*
Fusion	.35	2.9**
$R^2 = .25, F(4,77) = 6.44^{***}$		
Engagement		
Position du Je	.08	.70
Réactivité émotionnelle	.21	1.39
Coupure émotionnelle	-.37	-3.11**
Fusion	.13	1.05
$R^2 = .17, F(4,77) = 4.08^{**}$		
* $p < .05$ .    ** $p < .01$ .    *** $p < .001$ .		

est reliée significativement à l'intimité. Ainsi moins les femmes utilisent la coupure émotionnelle, plus elles sont intimes. Les sous-échelles de la différenciation du soi expliquent 25% de la variance associée à la passion. L'examen des Bêtas révèle que moins les femmes sont coupées émotionnellement, plus elles sont passionnées. Par contre, plus elles utilisent des comportements visant la fusion avec les autres, plus elles sont également passionnées. Enfin, les sous-échelles de la différenciation du soi expliquent 17% de la variance associée à l'engagement, alors que moins les femmes se coupent émotionnellement, plus elles sont engagées.

Chez les hommes, les résultats présentés au tableau 7 laissent voir que les quatre sous-échelles de la différenciation du soi expliquent significativement 33% de la variance associée à l'intimité. Une fois l'effet des autres variables contrôlées, seule la dimension coupure de la différenciation du soi est reliée significativement à l'intimité. Ainsi moins les hommes utilisent la coupure émotionnelle (différenciation élevée), plus ils sont intimes. L'ensemble des sous-échelles de la différenciation du soi explique 17% de la variance associée à la passion, alors que moins les hommes sont coupés émotionnellement, plus ils sont passionnés. Par contre, plus ils fusionnent (faible différenciation), plus ils sont passionnés. Les sous-échelles de la différenciation du soi expliquent 26% de la variance associée à l'engagement. Moins les hommes sont coupés émotionnellement, plus ils sont engagés. De façon contraire, plus ils utilisent des comportements de fusion, plus ils sont engagés. Ces résultats supportent fortement l'hypothèse voulant que la différenciation du soi soit un des déterminants des attitudes amoureuses. Cependant, les sous-échelles de différenciation n'interagissent pas de la même façon avec les attitudes amoureuses. Les liens sont négatifs entre les comportements visant à se couper émotionnellement d'autrui et les attitudes amoureuses, alors que le lien est positif entre les comportements fusionnels et la propension à vivre plus d'intimité, de passion et d'engagement.



Tableau 7

Régression multiple de la différenciation du soi sur chaque composante des attitudes  
amoureuses pour les hommes

Intimité		
	Bêta	t
Position du Je	.07	.73
Réactivité émotionnelle	-.04	-.39
Coupure	-.52	-5.22***
Fusion	.13	1.37
$R^2 = .33, F(4,77) = 9.69***$		
Passion		
Position du Je	.03	.29
Réactivité émotionnelle	.01	.07
Coupure émotionnelle	-.29	-2.60**
Fusion	.25	2.27*
$R^2 = .17, F(4,77) = 3.86**$		
Engagement		
Position du Je	.07	.68
Réactivité émotionnelle	-.03	-.34
Coupure émotionnelle	-.38	-3.62***
Fusion	.27	2.60**
$R^2 = .26, F(4,77) = 6.90***$		

\*  $p < .05$ .    \*\*  $p < .01$ .    \*\*\*  $p < .001$ .

### Rôle de la différenciation du soi et des attitudes amoureuses dans l'explication de l'ajustement dyadique

Des analyses de régression sont effectuées dans le but de vérifier la cinquième hypothèse concernant la valeur du modèle prévisionnel additif qui stipule que la différenciation du soi et les attitudes amoureuses viendront expliquer une portion significative de la variance associée à l'ajustement dyadique. Les dimensions de la différenciation du soi (position du Je, réactivité émotionnelle, coupure émotionnelle et fusion), ainsi que des attitudes amoureuses (intimité, passion, engagement) ont tenu lieu de variables indépendantes, alors que l'ajustement dyadique (échelle globale) représente la variable dépendante. Puisque notre modèle stipule que la différenciation se développe tôt durant la vie et sert de base au développement des attitudes amoureuses, ces variables seront donc entrées dans un ordre successif dans l'équation de régression.

Les résultats présentés au tableau 8 démontrent de façon significative que les variables de différenciation du soi des femmes expliquent 14 % de la variance associée à leur ajustement dyadique. De plus, les trois attitudes amoureuses viennent ajouter significativement 58% à la variance totale. Donc, si nous considérons le modèle cumulatif, les variables de différenciation du soi et des attitudes amoureuses contribuent pour 72% de la variance totale associée à l'ajustement dyadique des femmes. Les coefficients bêta révèlent qu'une fois l'influence contrôlée de chacune des variables indépendantes, seules la coupure et l'intimité sont reliées significativement à l'ajustement dyadique. Ainsi, plus les femmes sont intimes et moins elles utilisent la coupure émotionnelle dans leur relation, plus elles sont ajustées.

Tableau 8  
 Régression multiple hiérarchique de la différenciation du soi et des trois attitudes  
 amoureuses sur l'ajustement dyadique pour les femmes

	$R^2$	Bêta	$t$
Étape 1: Différenciation	.14		
Position du Je		-.05	-.39
Réactivité émotionnelle		.05	.31
Coupure émotionnelle		-.38	-3.13*
Fusion		.09	.67
$F(4,77) = 3.24^*$			
	$R^2$	Bêta	$t$
Étape 2: Attitudes amoureuses	.58		
Intimité		.71	5.72***
Passion		.21	1.81
Engagement		-.04	-.29
$F \text{ change } (7,74) = 49.81^{***}$			
Modèle total:	$R^2 \text{ Cumulatif} = .72$	$F(7,74) = 26.73^{***}$	

\*  $p < .05$ .    \*\*  $p < .01$ .    \*\*\*  $p < .001$ .

Chez les hommes (voir tableau 9), la différenciation du soi expliquent 29% de la variance associée à leur ajustement dyadique. De plus, les dimensions intimité, passion et engagement viennent ajouter significativement 29 % à l'explication de la variance associée à leur ajustement conjugal. Donc si nous considérons le modèle cumulatif, les variables de différenciation du soi et d'attitudes amoureuses contribuent pour 58% de la variance totale associée à l'ajustement dyadique des hommes. Les coefficients bêta révèlent que la dimension coupure émotionnelle de la différenciation du soi est reliée significativement à leur ajustement conjugal. Ainsi, moins les hommes utilisent la coupure émotionnelle (différenciation élevée), plus ils sont ajustés. Également, plus les hommes sont intimes, plus leur ajustement dyadique est élevé. Par contre, plus les hommes sont engagés, moins leur niveau d'ajustement est élevé. En somme, les résultats supportent le modèle cumulatif combinant la différenciation du soi et les attitudes amoureuses pour prédire l'ajustement chez les femmes et les hommes.<sup>1</sup>

#### Patrons de Pairage selon la Différenciation du Soi

La sixième hypothèse stipule que les dyades dont les deux conjoints ont des scores élevés de différenciation du soi auront des niveaux d'intimité, de passion et d'engagement supérieurs à celui des dyades dont l'appariement sur la différenciation du soi est bas ou mixte.

---

<sup>1</sup> Lorsque la satisfaction est exclue de la cote d'ajustement, le pourcentage de variance expliquée diminue autant pour les femmes que pour les hommes. Plus particulièrement, chez les femmes, la différenciation du soi et les attitudes amoureuses expliquent respectivement 9% et 47% de la variance associée à l'ajustement dyadique. Toutefois, la différenciation n'explique plus un pourcentage significatif de l'ajustement conjugal. Chez les hommes, la différenciation du soi et les attitudes amoureuses, expliquent respectivement 31% et 15% de la variance associée à l'ajustement dyadique.

Tableau 9

Régression multiple hiérarchique de la différenciation du soi et des trois attitudes  
amoureuses sur l'ajustement dyadique pour les hommes

	$R^2$	Bêta	$t$
Étape 1: Différenciation	.29		
Position du Je		.04	.45
Réactivité émotionnelle		-.16	-1.52
Coupure émotionnelle		-.44	-4.25***
Fusion		.11	1.08
$F(4,77) = 7.99***$			
	$R^2$	Bêta	$t$
Étape 2: Attitudes amoureuses	.29		
Intimité		.74	4.69***
Passion		.19	1.55
Engagement		-.37	-2.76**
$F \text{ change } (7,74) = 17.05***$			
Modèle total: $R^2 \text{ Cumulatif} = .58$ $F(7,74) = 14.74***$			

\*  $p < .05$ .    \*\*  $p < .01$ .    \*\*\*  $p < .001$ .

En ce qui a trait à l'appariement sur le plan de la différenciation du soi entre les conjoints d'une même dyade, quatre types de couples ont été créés: 1) différenciation du soi élevée chez l'homme et chez la femme; 2) différenciation du soi basse chez l'homme et chez la femme; 3) différenciation du soi basse chez l'homme et élevée chez la femme; 4) différenciation du soi élevée chez l'homme et basse chez la femme. Nous avons utilisé la cote médiane afin de déterminer les niveaux élevés et faibles de différenciation du soi. Le nombre de couples dans chacun des quatre types d'appariement est présenté au tableau 10. Des analyses de variance 4 (types d'appariement) X 2 (sexe) ont été effectuées afin de vérifier si des différences se présentent au niveau des trois attitudes amoureuses. Dans ces analyses, le sexe est traité comme une mesure répétée (les hommes et les femmes d'un même couple ne constituent pas des données totalement indépendantes), cette procédure étant recommandée pour traiter des données de couples (Schumm, Bugaighis, & Jurich, 1991).

L'examen des patrons d'appariement des conjoints se fera en fonction de leur cote globale de différenciation du soi, ainsi qu'en fonction des quatre sous-échelles. Deux analyses de variance se sont avérées significatives en fonction de l'intimité. Les résultats font ressortir la présence d'un effet principal lié au type d'appariement sur la réactivité émotionnelle ( $F(3,78) = 3.37, p < .05$ ). Les comparaisons de moyennes (tableau 11) révèlent que les couples où les deux partenaires sont peu réactifs émotionnellement vivent plus d'intimité ( $M = 8.15$ ) que les couples où la femme réagit peu émotionnellement, alors que son conjoint est réactif au niveau émotionnel ( $M = 7.31$ ). Les résultats font également ressortir la présence d'un effet principal lié au type d'appariement des conjoints quant à leur niveau de coupure émotionnelle ( $F(3,78) = 6.71, p < .001$ ). Les comparaisons de moyennes révèlent que les couples où la femme et l'homme n'utilisent pas la coupure

Tableau 10

Nombre de couples dans chacun des quatre types d'appariement sur la différenciation

Différenciation du soi	Type d'appariement femme-homme			
	B-B	É-É	B-É	É-B
Échelle globale	21	23	19	19
Position du Je	24	19	22	17
Réactivité émotionnelle	21	20	20	21
Coupure émotionnelle	21	20	20	21
Fusion	25	26	11	20

É = Élevé; B = Bas

émotionnelle vivent plus d'intimité ( $\underline{M} = 8.31$ ) que les couples qui se coupent émotionnellement ( $\underline{M} = 7.23$ ) où les couples dont l'appariement est mixte.

Deux analyses de variance se sont avérées significatives concernant l'examen des différences en fonction de la passion (voir tableau 11). Les analyses démontrent la présence d'un effet principal lié au type d'appariement sur le niveau de réactivité émotionnelle ( $F(3,78) = 4.16$ ,  $p < .01$ ). Les comparaisons de moyennes révèlent que les couples où la femme est réactive et que l'homme ne l'est pas sont plus passionnés ( $\underline{M} = 6.98$ ) que les couples où la femme est peu réactive émotionnellement, alors que son conjoint est réactif ( $\underline{M} = 5.69$ ). L'analyse fait ressortir la présence d'un effet d'interaction entre le sexe et le type d'appariement quant au niveau de fusion des partenaires ( $F(3,78) = 3.03$ ,  $p < .05$ ). Puisque les effets simples se sont révélés significatifs pour les hommes ( $F(3,78) = 3.03$ ,  $p < .05$ ) et pour les femmes ( $F(3,78) = 9.31$ ,  $p < .001$ ), des analyses de comparaisons de moyennes ont été effectuées en fonction du sexe. Il ressort que les femmes, lorsqu'elles sont dans une union où les deux partenaires sont fusionnés, vivent plus de passion ( $\underline{M} = 7.34$ ) que les femmes des trois autres types d'appariement. De plus, les femmes qui sont dans un couple où elles utilisent des comportements de fusion, alors que leur conjoint en utilise peu, vivent plus de passion ( $\underline{M} = 6.44$ ) que les femmes provenant d'un couple où les deux partenaires fusionnent peu ( $\underline{M} = 5.09$ ). Enfin, les femmes qui sont dans une relation où elles fusionnent peu, mais que leur conjoint fusionne beaucoup ( $\underline{M} = 5.89$ ), vivent plus de passion que celles provenant d'une union où elles et leur conjoint n'utilisent pas la fusion ( $\underline{M} = 5.09$ ). Chez les hommes, ceux qui sont dans une relation où les deux conjoints utilisent des comportements de fusion sont plus passionnés ( $\underline{M} = 7.33$ ) que les hommes provenant d'un couple où les deux partenaires ne fusionnent pas ( $\underline{M} = 6.31$ ). Ils sont aussi plus passionnés que les hommes qui fusionnent peu, mais qui sont appariés à une femme qui fusionne ( $\underline{M} = 6.64$ ).



Deux analyses de variance se sont avérées significatives concernant l'examen des différences en fonction de l'engagement (voir tableau 11). Les analyses démontrent la présence d'un effet principal lié au type d'appariement sur le niveau de coupure émotionnelle ( $F(3,78) = 3.58, p < .05$ ). Les comparaisons de moyennes révèlent que les couples où les deux partenaires n'utilisent pas la coupure émotionnelle sont plus engagés ( $M = 8.12$ ) que les couples où l'homme et la femme utilisent la coupure ( $M = 7.22$ ). Également, il y a présence d'un effet principal lié au type d'appariement sur le niveau de fusion ( $F(3,78) = 4.07, p < .01$ ). Les comparaisons de moyennes révèlent que les couples où la femme et l'homme fusionnent sont plus engagés ( $M = 8.14$ ) que les couples où la femme et l'homme ne fusionnent pas ( $M = 7.36$ ). En somme, cette hypothèse démontrant les effets bénéfiques sur les attitudes amoureuses d'un degré élevé de différenciation chez les deux partenaires est en partie véridique, sauf en ce qui a trait au degré de fusion où les résultats sont contraires. Deux partenaires fusionnels démontrent plus d'attitudes de passion et d'engagement que les partenaires appariés à des degrés variés au niveau de la fusion.

La septième hypothèse stipule que les dyades dont les deux conjoints ont des scores élevés de différenciation du soi auront un niveau d'ajustement dyadique supérieur à celui des dyades dont l'appariement sur la différenciation du soi est bas ou mixte. La conduite des analyses de variance est effectuée selon la même procédure que celle décrite auparavant. Seul le score global d'ajustement est utilisé afin de réduire le nombre de comparaisons. L'analyse fait ressortir la présence d'un effet d'interaction entre le sexe et le type d'appariement des conjoints quant à leur cote globale de différenciation du soi ( $F(3,78) = 2.75, p < .05$ ). Puisque les effets simples se sont révélés significatifs uniquement pour les hommes ( $F(3,78) = 7.29, p < .001$ ), des analyses de comparaisons de moyennes ont été

effectuées. Les résultats présentés au tableau 11 démontrent que les hommes qui sont dans une relation où la femme et l'homme sont différenciés, vivent un niveau d'ajustement conjugal plus élevé ( $\underline{M} = 124.57$ ) que les hommes qui sont dans un couple formé d'une femme et d'un homme peu différenciés ( $\underline{M} = 114.34$ ) et que ceux qui font partie d'un couple où la femme est différenciée et l'homme peu différencié ( $\underline{M} = 112.53$ ). Il ressort également que les hommes différenciés, appariés à une femme moins différenciée obtiennent des cotes d'ajustement conjugal plus élevées ( $\underline{M} = 126.79$ ) que les hommes qui sont dans un couple composé d'une femme et d'un homme faiblement différenciés ( $\underline{M} = 114.34$ ) et ceux faisant partie d'un couple où la femme est différenciée et l'homme peu différencié ( $\underline{M} = 112.53$ ). En somme, on identifie un meilleur ajustement dyadique des hommes lorsqu'ils sont dans une union avec une partenaire aussi bien différenciée qu'eux où lorsque qu'ils sont plus différenciés que leur conjointe. Ce résultat confirme l'hypothèse seulement pour les hommes et y apporte une nuance. Une autre analyse de variance en ce qui a trait à l'appariement des conjoints quant à leur propension à utiliser ou non la coupure émotionnelle s'est avérée significative. Les résultats présentés au tableau 11 font ressortir la présence d'un effet principal lié au type d'appariement ( $F(3,78) = 7.38, p < .001$ ). Les comparaisons de moyennes révèlent que les couples dont la femme et l'homme utilisent peu la coupure émotionnelle ( $\underline{M} = 127$ ) sont plus ajustés que les couples dont la femme et l'homme ont tendance à utiliser la coupure émotionnelle ( $\underline{M} = 111.53$ ) et que les couples où la femme utilise peu la coupure émotionnelle alors que l'homme l'utilise beaucoup dans ses relations ( $\underline{M} = 115.71$ ). Ce résultat confirme l'hypothèse de départ. De plus, une précision est apportée, les couples où la femme est susceptible de se couper émotionnellement, alors que l'homme n'utilise pas la coupure émotionnelle sont plus ajustés ( $\underline{M} = 112.20$ ) que les couples où les deux ont des cotes élevées de coupure émotionnelle ( $\underline{M} = 111.53$ ).

Tableau 11

Comparaisons des moyennes sur les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique en fonction de l'appariement des conjoints sur les sous-échelles de la différenciation du soi.

	Type d'appariement femme-homme			
	B-B	É-É	B-É	É-B
<u>Appariement selon le score global de différenciation</u>				
Ajustement dyadique	114.34 <sup>a</sup>	124.57 <sup>b</sup>	126.79 <sup>b</sup>	112.53 <sup>a</sup>
<u>Appariement selon la réactivité émotionnelle</u>				
Intimité	8.15 <sup>a</sup>	7.74 <sup>ab</sup>	7.31 <sup>b</sup>	7.82 <sup>ab</sup>
Passion	6.70 <sup>ab</sup>	6.71 <sup>ab</sup>	5.69 <sup>a</sup>	6.98 <sup>b</sup>
<u>Appariement selon la coupure émotionnelle</u>				
Intimité	8.31 <sup>a</sup>	7.23 <sup>b</sup>	7.57 <sup>b</sup>	7.91 <sup>b</sup>
Engagement	8.12 <sup>a</sup>	7.22 <sup>b</sup>	7.42 <sup>ab</sup>	7.70 <sup>ab</sup>
Ajustement dyadique	127.00 <sup>a</sup>	111.53 <sup>b</sup>	115.71 <sup>bc</sup>	122.20 <sup>ac</sup>
<u>Appariement selon la fusion</u>				
passion (femmes)	5.09 <sup>a</sup>	7.34 <sup>b</sup>	5.89 <sup>c</sup>	6.44 <sup>c</sup>
passion (hommes)	6.31 <sup>b</sup>	7.33 <sup>a</sup>	7.05 <sup>ab</sup>	6.64 <sup>b</sup>
Engagement	7.36 <sup>a</sup>	8.14 <sup>b</sup>	7.38 <sup>ab</sup>	7.39 <sup>ab</sup>

Note. Les moyennes qui ne partagent pas les mêmes lettres en indice supérieur sont significativement différentes les unes des autres. É = Élevé; B = Bas

## Discussion

Au terme d'une analyse empirique des différentes données de recherche, quelle compréhension peut-on dégager des liens entre la différenciation du soi, les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique? Ce chapitre de discussion apporte certains éléments explicatifs, d'abord, sur les relations entre les variables socio-démographiques et les trois concepts mis à l'étude. De plus, chacune des hypothèses sera discutée à la lumière des plus récentes recherches dans ce domaine. D'entrée de jeu, il faut préciser que la documentation reliée aux attitudes amoureuses est peu abondante et presque exclusivement centrée autour d'études psychométriques, alors que le concept de différenciation du soi, opérationnalisé depuis quelques années seulement, offre un support empirique disparate. Ces domaines d'étude étant nouveaux, ceci restreint la capacité d'explication des résultats. Afin de bien circonscrire la valeur de l'ensemble de cette étude, la dernière partie de ce chapitre présente les forces et les limites découlant de celle-ci. Des suggestions concernant la réalisation de futures expérimentations seront proposées. De plus, l'apport des présents résultats sur le plan clinique sera abordé.

#### Variables Socio-Démographiques, Différenciation du Soi, Attitudes Amoureuses et Ajustement Dyadique.

Dans la documentation, des relations significatives avaient été identifiées entre le sexe des individus et la durée de la relation. Des relations significatives entre les attitudes amoureuses et la différenciation du soi avaient également été établies. Il semblait pertinent de valider ces résultats et de vérifier s'il y avait des liens qui pouvaient ressortir entre

d'autres variables socio-démographiques et les variables retenues pour fin d'étude. D'abord, nous retrouvons les mêmes différences sexuelles au niveau de la différenciation du soi que celles obtenues dans l'étude de Skowron et Friedlander (1996) à l'effet que les femmes sont plus émotionnellement réactives que les hommes. Ceci pourrait s'expliquer par le fait que dans notre culture les femmes expriment plus facilement leurs émotions que les hommes (Gilligan, 1982) et adoptent typiquement des rôles plus expressifs qu'eux (Bem, 1974). Au niveau du score global de différenciation du soi, les hommes sont plus différenciés que les femmes. Ces divergences hommes-femmes relancent toute l'importance de la théorie des rôles sexuels. Étant donné que pour les deux sexes, la première personne qui donne les soins est typiquement féminine, la dynamique interpersonnelle de la formation de l'identité est différente pour les garçons et les filles. Les jeunes filles s'identifient à leur mère. Donc elles associent l'expérience de l'attachement avec le processus de la formation de l'identité sexuelle. Par contre, les garçons se définissent comme masculins et séparés de leur mère. Conséquemment, pour les garçons, l'issue de la différenciation devient entrelacée avec l'identité sexuelle. Puisque les filles sont élevées principalement par une personne du même sexe, elles sont moins sujettes à se différencier que les garçons.

Pour ce qui est des différences entre les hommes et les femmes dans leurs attitudes amoureuses, nos résultats sont contraires à la documentation. Nous retrouvons un niveau plus élevé de passion chez les hommes que chez les femmes alors que Acker et Davis (1992) et Choo et Hatfield (1995) associent la passion à la femme. On pourrait penser que c'est la composante sexualité qui amène les hommes à inscrire des cotes plus élevées sur la passion. Pourtant, la passion telle que définie par Sternberg ne contient pas que des items reliés à la sexualité. Nous retrouvons également un niveau d'engagement plus élevé chez les hommes que chez les femmes contrairement aux résultats de Chojnacki et Walsh (1990)

et de Singelis, Choo et Hatfield (1995). Ces résultats amènent à questionner les caractéristiques du présent échantillon, puisque nous avons des couples mariés, alors que les autres études comportent des individus en relation de fréquentation. Au niveau de l'ajustement dyadique, on ne retrouve aucune différence entre le sexe des partenaires, ce qui est conforme aux résultats des recherches en psychologie du couple. Le fait d'être une femme ou un homme ne prédispose pas à vivre une moins grande ou une plus grande satisfaction conjugale.

Concernant le statut marital, les hommes et les femmes mariés sont plus engagés que ceux vivant un union libre. Ceci vient corroborer la conception de Kayser (1993) à l'effet que les couples unis de façon volontaire ont un engagement conditionnel à la rencontre de leurs attentes, alors que les couples unis de façon institutionnelle voient leur mariage comme un engagement à long terme (pour le meilleur et le pire), ce qui leur procure un sens de sécurité et de stabilité. Toutefois, le fait d'être marié ou non n'est pas associé à des niveaux distincts de différenciation du soi et d'ajustement dyadique.

Le nombre d'années de cohabitation est relié positivement et significativement chez les femmes à leur degré de différenciation quant à la diminution des comportements fusionnels. Ceci peut s'expliquer par le modèle de la différenciation en cinq étapes de Bader et Pearson (1988) dans lequel le couple débute par une phase symbiotique (fusion), puis se dirige progressivement vers un état d'interdépendance dans lequel se trouve un sentiment d'identité et un attachement intime. Ainsi, notre étude montre que les femmes en début de relation ont des comportements fusionnels importants. Est-ce qu'une femme qui maintient des comportements fusionnels dans les phases développementales subséquentes de sa relation, combiné à des facteurs de personnalité des hommes pourraient contribuer à expliquer l'apparition de comportements dysfonctionnels comme la violence conjugale? Il

serait intéressant d'examiner cette hypothèse. Cependant, le degré de différenciation du soi des hommes ne fluctue pas de façon linéaire en fonction du temps passé avec leur partenaire. Pour les attitudes amoureuses, les résultats chez les hommes montrent un déclin de la passion et de l'intimité à mesure que les années de vie commune s'accumulent. Ceci corrobore en partie les conclusions de Acker et Davis (1992) qui eux ont rencontré un déclin de la passion chez les femmes seulement. Nos résultats vont dans le sens de la théorie de Sternberg quand à la diminution de la passion et de l'intimité (manifeste ou palpable). Sternberg parle du développement de l'intimité en fonction de la durée de la relation et il note qu'à un certain stade, il se produit un déclin de l'intimité palpable. Si nous avions eu un nombre plus élevé de participants, il aurait été intéressant de vérifier à quel moment se produit ce déclin.

L'âge est relié de façon positive à la différenciation du soi chez la femme, alors que selon Bowen (1978), les jeunes adultes seraient capables aussi bien que les adultes plus âgés de se définir un soi et de se comporter de façon autonome dans les relations avec les autres. L'explication qui pourrait rendre compte de ce lien serait que l'une des tâches développementales impliquée dans la création de son propre couple, de sa propre famille nucléaire nécessite des réajustements dans le rapprochement et la distance avec sa famille d'origine. Ceci est en accord avec les résultats de Skowron et Friedlander (1992) selon lesquels il y aurait une corrélation négative entre la fusion et l'âge et entre la fusion et le fait d'avoir des enfants. Ces auteurs rapportent également que les jeunes éprouvent plus de problèmes avec la fusion que les plus âgés.

Par ailleurs, les résultats indiquent que le niveau de différenciation des hommes est relié positivement à leur revenu et à leur niveau de scolarisation. La différenciation contribue au sentiment d'identité. Donc, avoir un revenu élevé et être scolarisé peuvent



renforcer le sentiment d'identité chez les hommes. De plus, les études post-secondaires permettent de développer le côté intellectuel chez l'individu, ce qui pourrait favoriser une plus grande différenciation du soi qui se définit par un équilibre entre le côté émotionnel et intellectuel. De même, les hommes très scolarisés et bien rémunérés sont plus ajustés au niveau conjugal. Qu'en est-il du proverbe "L'argent ne fait pas le bonheur"? Nos résultats montrent que cela peut aider. Leur degré de scolarisation est également relié à leur capacité de vivre de l'intimité. Les femmes sont également plus ajustées lorsqu'elles ont un haut niveau de scolarité. Peut-être qu'en étant plus scolarisé, elles développent de meilleures habiletés face à la résolution de problèmes, incluant ceux vécus dans le couple. Également, étant plus scolarisée, elles interagissent plus sur un plan d'égalité avec leur conjoint dans le couple entraînant moins de sources d'insatisfaction. Aussi, Rubin (1988) croit qu'un sentiment d'accomplissement personnel est un ingrédient important pour la survie du couple. Donc les hautes études pour les hommes et les femmes représentent en quelque sorte une forme d'accomplissement. Pour l'homme qui a toujours eu un rôle de pourvoyeur, son revenu élevé va dans sa fierté ou son accomplissement de lui-même. Il est donc en mesure de faire vivre sa famille. L'examen des liens entre les variables socio-démographiques et les trois variables à l'étude a permis de confirmer certains liens déjà identifiés, d'établir certaines assises à la compréhension des résultats et de soulever des interrogations sur les diverses caractéristiques décrivant la population étudiée.

#### Différenciation du Soi, Attitudes Amoureuses et Ajustement Dyadique

Le premier objectif visait à explorer les relations entre la différenciation du soi et les attitudes amoureuses, ainsi que les liens qui relient chacune de ces variables à l'ajustement dyadique. La première hypothèse stipulait que plus les individus auraient un degré élevé de différenciation du soi, plus ils auraient un niveau élevé d'intimité, de passion et

d'engagement. Les résultats chez la femme confirment très faiblement l'hypothèse initiale puisque deux seuls résultats montrent que plus elles sont différenciées, c'est-à-dire qu'elles n'utilisent pas la coupure émotionnelle, plus elles sont intimes et engagées. De plus, quatre corrélations vont dans le sens contraire de cette hypothèse et indiquent que moins les femmes sont différenciées, c'est-à-dire que plus elles utilisent la fusion et la réactivité émotionnelle, plus elles sont passionnées et engagées. Chez l'homme, six corrélations vont dans le sens des hypothèses, les trois attitudes amoureuses étant associées à un niveau élevé de différenciation. Les résultats négatifs entre la différenciation (au niveau de la coupure) et l'engagement appuient les propos de Karpel (1994) à l'effet que de bonnes expériences dans les premiers attachements amènent la personne à être confortable dans le rapprochement et donc à ne pas mettre de distance avec autrui, ce qui donne à l'individu, la capacité de s'engager dans une relation. On observe cependant un lien significatif entre l'adoption de comportements fusionnels et les trois attitudes chez l'homme.

Une des explications qui pourrait rendre compte des relations entre la fusion et les attitudes amoureuses chez les hommes et les femmes réside dans le fait que les individus ne doivent pas mettre de distance émotive pour vivre l'intimité, la passion et l'engagement d'une relation intime stable. Il faut être près de son conjoint, s'oublier un peu et être en quelque sorte fusionné pour pouvoir afficher des attitudes amoureuses qui encensent la relation. Cette dernière explication pourrait être en relation avec les résultats de Skowron et Friedlander (1992) selon lesquels les individus mariés étaient plus fusionnés que les gens divorcés. Pourquoi certains résultats sont-ils contraire à la théorie de la différenciation? Il est difficile de répondre clairement à cette question. Pourtant, être différencié sur tous les plans devrait permettre de s'approcher plus intimement, et passionnément de notre partenaire et de pouvoir s'engager l'un envers l'autre. Une explication aux résultats contradictoires est celle apportée par Skowron et Friedlander (1996) qui questionnent la

signification de leur échelle de fusion. Elles se demandent si les items de cette échelle (par exemple, "On dit (ou on pourrait dire) de moi que je suis encore très attaché(e) à mes parents") ne refléteraient pas mieux l'attachement dans les relations et un intérêt pour les personnes significatives, au lieu de refléter vraiment les aspects de la fusion, tels que la difficulté dans la prise de décision ou la formulation de ses propres opinions sans l'approbation du conjoint ou des parents.

Une autre explication peut être émise. Étant donné que la différenciation reflète une flexibilité dans le choix du passage du système émotionnel au système intellectuel et vice versa, se pourrait-il que les gens différenciés utilisent cette flexibilité en se permettant un certain degré de fusion sans perdre leur individualité? À cet effet, Kerr (1991) soutient que le besoin d'un rapprochement émotionnel existe dans toutes les relations jusqu'à un certain degré et que la fusion dans une relation peut procurer un apaisement de l'anxiété. Jusqu'à quel point un individu différencié peut laisser libre cours à ses émotions? Selon Kerr (1991), lorsque les systèmes émotionnels et intellectuels fonctionnent en harmonie, l'individu a le choix de fonctionner sur une base intellectuelle et objective ou sur une base émotionnelle et subjective. Est-ce que cela signifie qu'un individu différencié pourrait démontrer une forte réactivité émotionnelle dans des situations appropriées? Pourrait-il exprimer dans des occasions, des comportements intenses de proximité et de réciprocité dans sa relation de couple qui serait davantage à l'image d'une position de "Nous" au lieu d'une position de "Je"? Quelles sont les similarités et les divergences entre le "Nous" dans le couple et la fusion? Les individus ayant des degrés équivalents de besoins d'unité sont attirés l'un par l'autre, ce qui favorise une relation stable comme le mariage (Kerr, 1991). Donc, un certain degré de fusion est nécessaire dans le couple. D'autres recherches devront clarifier ces nombreuses interrogations.

Également, il y a lieu de se demander si la sous-échelle fusion (qui est contraire à la différenciation) ne refléteraient pas le niveau d'implication dans la relation sans égard à l'état fonctionnel. C'est-à-dire que cette sous-échelle ne refléteraient pas l'intensité fusionnelle de la relation comme on voit par exemple dans la relation symbiotique ou dans ce que Bowen nomme le phénomène de la folie à deux. Dans ce type de relation, la proximité émotionnelle est si intense que les membres du couple ou de la famille connaissent les désirs, fantaisies, pensées et sentiments de chacun des autres membres. Il est possible que la fusion révèle un caractère fonctionnel pour nos couples puisqu'ils vivent en harmonie (nos participants affichent une moyenne élevée sur le DAS). La fusion pourrait ainsi correspondre à un fonctionnement conjugal caractérisé par le "Nous". Nos couples sont dans une phase que Bowen nomme de calme dans laquelle l'intimité est confortable. Il est possible qu'en période de stress, surtout pour les couples perturbés, cette situation se transforme en surintimité inconfortable et anxieuse qui se traduirait par l'incorporation de son soi dans le soi de l'autre. À ce moment, pourrait s'ensuivre une phase de rejet et de distanciation hostile (coupure) dans laquelle les deux conjoints pourraient se repousser littéralement l'un l'autre (Bowen, 1981). Certaines relations pourraient entrer dans ce cycle de phases à intervalles fréquents. Dans d'autres relations, ce cycle pourrait s'arrêter à une phase pour de longues périodes, comme, par exemple, à la phase de rejet agressif où les deux partenaires se repousseraient pendant de longs mois ou des années.

La deuxième hypothèse supposait que les individus ayant un degré élevé de différenciation du soi auraient un niveau élevé d'ajustement dyadique. Les résultats confirment faiblement cette hypothèse pour les femmes, puisque seulement trois corrélations sur 25 vont dans ce sens, alors que chez les hommes un nombre plus élevé de corrélations (15 sur 25) confirment l'hypothèse. Ces résultats (principalement chez les

hommes) abondent dans le même sens que ceux de Skowron et Friedlander (1996) qui relient la non-différenciation à des difficultés conjugales. Gottman et Krokoff (1989) considèrent également que les comportements de retrait lors de conflits conjugaux que l'on peut associer à la propension à se couper émotionnellement est un prédicteur de la détresse conjugale et de la détérioration de la satisfaction maritale à long terme. Un questionnaire peut se faire sur la représentativité des sous-échelles de la différenciation du soi associées à l'ajustement dyadique de l'homme et de la femme. Étant donné que trois des quatre sous-échelles ainsi que le score global de différenciation du soi sont corrélées à l'ajustement de l'homme, alors que seule l'échelle de coupure de la femme est reliée à son ajustement, il semble adéquat d'affirmer que la différenciation du soi occuperait une place plus importante dans l'ajustement de l'homme. À cet égard, Gilligan (1982) constate que les femmes soutirent leur valeur personnelle de leur capacité d'ajustement aux besoins des autres. Ainsi, il est possible de croire qu'elles seront moins portées à adopter une position du «Je» qui exige de poursuivre et d'atteindre ce qui est bon pour soi si elles risquent de déplaire à leur conjoint. Certains éléments de la différenciation du soi (la position du "Je" et une faible réactivité émotionnelle) ne concordent pas avec l'identité féminine et auront donc peu d'impact dans leur façon de concevoir la satisfaction conjugale.

La troisième hypothèse proposait que les individus ayant un niveau élevé d'intimité, de passion et d'engagement auraient un haut niveau d'ajustement dyadique. Les résultats découlant de nos analyses corrélationnelles indiquent qu'il y a effectivement une relation significative et positive entre les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique autant chez les hommes que chez les femmes. Ces résultats offrent un support empirique à la théorie de Sternberg. En utilisant une mesure différente de l'ajustement dans le couple, l'étude de Acker et Davis (1992) allait également dans le même sens. D'autres auteurs confirment l'une ou l'autre de ces relations. Par exemple, Karpel (1994) soutient que le désir d'une

satisfaction sexuelle (qui est impliquée dans la passion) est centrale pour la plupart des couples. Jacobson et Christensen (1996) ont remarqué que les changements demandés par les femmes en thérapie de couple se résument à plus d'intimité avec le conjoint, plus d'implication du partenaire dans les tâches ménagères et le soins des enfants, ainsi que plus de compagnonnage. Malgré le fait que nos résultats démontrent que les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique sont des concepts différents, il serait intéressant de poursuivre les recherches pour mieux les distinguer puisque nous avons dû retirer le facteur "satisfaction" du questionnaire d'ajustement dyadique. Cette échelle semblait constituer une dimension des attitudes amoureuses. De plus, l'item 32 (ex. "Je désire énormément que ma relation réussisse et je ferai tout ce qui est en mon pouvoir pour que cela se réalise") du DAS peut constituer une caractéristique de l'engagement. Est-ce mieux de faire une évaluation multidimensionnelle de l'ajustement dyadique et risquer que les concepts s'entrecroisent ou effectuer une évaluation globale de l'ajustement en utilisant un ou deux énoncés plus généraux (p. ex., De façon générale, êtes-vous heureux dans votre mariage?) telle que suggéré par Fincham et Bradbury (1987)? D'autres chercheurs devront s'attarder à cette question fort importante.

La quatrième hypothèse soutenait que la différenciation du soi contribuerait significativement à l'explication de l'intimité, de la passion et de l'engagement. Selon le rationnel présenté au premier chapitre, il semblait pertinent de croire que le développement des attitudes amoureuses soit influencé par les dispositions de l'individu et la façon dont il s'est défini au travers les diverses expériences vécues dans sa famille d'origine. Les analyses de régression confirment cette relation. Ce sont de faibles niveaux de coupure et des niveaux de fusion élevés qui ressortent le plus souvent comme contribuant à l'explication de la variance associées aux attitudes amoureuses. On remarque cependant des différences entre les hommes et les femmes dans la proportion de la différenciation qui

détermine leurs attitudes amoureuses. La différenciation des hommes explique de façon plus élevée leurs attitudes envers l'intimité et l'engagement que la différenciation chez les femmes. Par contre, la différenciation des femmes explique de façon plus élevée leur passion que la différenciation chez les hommes. Gilligan (1982) suggère que les femmes tendent déjà vers l'intimité sans égard à leur différenciation. Encore une fois, les analyses montrent que plus les partenaires sont fusionnés, plus leurs scores sont élevés sur la passion (et également sur l'engagement pour les hommes). Certes, il faudra mieux comprendre les effets du comportement fusionnel dans la relation de couple.

La cinquième hypothèse consistait à vérifier si la différenciation et les attitudes amoureuses apportent une contribution additive significative à l'explication de l'ajustement dyadique. Celle-ci a été confirmée. Les résultats offrent un support empirique à notre modèle, puisque la différenciation contribue à l'explication de la variance associée à l'ajustement dyadique. De plus, on constate des ajouts significatifs à l'explication de la variance associée à l'adaptation conjugale par la présence des attitudes amoureuses. Les coefficients de régression montrent que moins les femmes et les hommes utilisent la coupure émotionnelle, plus leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. Également, plus les femmes et les hommes obtiennent des cotes élevées au niveau de l'intimité, plus ils sont satisfaits de leur relation. Chez les hommes cependant, moins ils sont engagés, plus leur niveau d'adaptation conjugal est élevé. Il faut se questionner si ce résultat reflète vraiment le fait que les hommes préfèrent moins s'engager pour être heureux ou si ce résultat pourrait être dû à un haut niveau de multicollinéarité entre les variables dépendantes qui peut modifier le signe de la relation entre une variable dépendante et la variable indépendante (Pedhazuk, 1982). Ainsi, deux dimensions communes aux hommes et aux femmes sont reliées à la satisfaction conjugale. Cependant, on retrouve des différences entre les hommes et les femmes dans le pourcentage de variance expliquée par ces deux dimensions. Chez les

femmes, les attitudes amoureuses contribuent plus fortement à leur ajustement, alors que chez les hommes c'est la différenciation du soi qui contribue de façon plus élevée. Jetons un coup d'oeil aux items définissant une faible coupure émotionnelle et ceux définissant l'intimité pour mieux comprendre pourquoi ces deux échelles sont reliées à l'ajustement des deux conjoints. En ce qui a trait aux items qui composent l'intimité, la relation à l'autre se mobilise davantage dans toutes les formes de soutien alors que pour l'échelle de la coupure, la relation à l'autre est davantage définie par le bien-être dans l'intimité, et le fait de ne pas être menacé par l'intimité. Un faible niveau de coupure émotionnelle et l'intimité seraient-ils les principaux ingrédients d'une vie conjugale harmonieuse? Il faudrait pousser plus en profondeur les investigations par rapport à cette question.

Les résultats permettent de confirmer l'importance de la différenciation du soi et des attitudes amoureuses comme déterminants de la qualité du vécu conjugal. En ce sens, nos résultats appuient la conception de Karpel (1994) qui intègre aussi les attitudes amoureuses et la différenciation dans sa définition d'une relation de couple enrichissante. Les couples satisfaits se caractérisent par un sentiment de disponibilité à l'autre, un degré de rapprochement, de plaisir, de passion, de compréhension mutuelle, un contentement général dans la relation, et enfin un sentiment d'être impliqué avec l'autre. Dans la plupart des relations de couple harmonieuse, les partenaires se déplacent à travers des cycles de rapprochement et de distance, des périodes où le "nous" domine l'humeur de la relation et des périodes où l'un ou les deux partenaires sont plus préoccupés par leur vie personnelle. Ils essaient de maintenir des frontières, fermes mais flexibles, qui préservent l'intégrité de leur relation tout en conservant des connections satisfaisantes avec la famille et les amis. Les bonnes relations ne sont pas sans problèmes. Les couples peuvent vivre de l'ennui, des irritations, de l'exaspération, etc. Mais ils préservent la relation parce qu'ils ont choisi de s'engager dans cette relation.



La sixième hypothèse tentait de vérifier si les dyades dont les deux conjoints ont des scores élevés de différenciation du soi rapportent des niveaux d'intimité, de passion et d'engagement supérieurs à ceux des dyades dans lesquelles l'appariement se caractériserait par des niveaux de différenciation du soi bas ou mixtes. Il est important de mentionner que certaines analyses révèlent la présence d'un effet principal lié au type d'appariement, alors que d'autres révèlent la présence d'un effet d'interaction du sexe et du type d'appariement. Au niveau de l'intimité, l'hypothèse est confirmée puisque les dyades où les deux conjoints ont des niveaux élevés de différenciation sont plus intimes que les dyades dans lesquels l'appariement est bas ou mixte. Au niveau de la passion, par contre, l'hypothèse n'est pas confirmée, puisque les femmes et les hommes sont plus passionnés lorsqu'ils sont dans une union avec un partenaire où la fusion est élevée, comparativement à lorsqu'ils sont dans des dyades où l'appariement sur la différenciation est bas ou mixte. Au niveau de l'engagement, les résultats confirment en partie l'hypothèse selon la sous-échelle de différenciation du soi qui est prise en compte. Ainsi, les dyades où les deux conjoints n'ont pas recours à la coupure émotionnelle sont plus engagés que les conjoints de dyades où l'appariement sur la différenciation est bas ou mixte. De façon inverse, les dyades où les deux partenaires utilisent des comportements fusionnels ou lorsqu'un des deux conjoints en utilise sont plus engagés que les dyades où les deux partenaires n'utilisent pas la fusion. En somme il n'y a pas un patron de résultats clair à l'effet que deux conjoints différenciés sont grandement favorisés dans leurs attitudes amoureuses en raison de leur similarité. La théorie de Bowen stipule que les conjoints s'unissent sur la base d'une similarité au niveau de la différenciation. On peut affirmer que parfois des niveaux élevés de différenciation chez les deux conjoints sont associés à des attitudes plus positives face à l'amour. Par contre, des niveaux élevés de fusion entre les deux partenaires peut aussi conduire à des attitudes de passion et d'engagement.

Enfin, la dernière hypothèse soutenait que les dyades dont les deux conjoints auraient des scores élevés de différenciation du soi afficheraient un niveau d'ajustement dyadique supérieur à celui des dyades dans lesquelles l'appariement se caractériserait par des niveaux de différenciation du soi bas ou mixtes. Comme mentionné précédemment, certaines analyses révèlent la présence d'un effet principal lié au type d'appariement, alors que d'autres révèlent la présence d'un effet d'interaction relié au sexe et au type d'appariement. L'hypothèse se confirme chez les hommes, lesquels ont un meilleur ajustement dyadique, lorsqu'ils sont dans une union avec une partenaire aussi bien différenciée qu'eux, mais également lorsqu'ils sont plus différenciés que leur conjointe. Cette dernière constatation nous amène à réfléchir sur les rôles sexuels qui ont évolué par rapport aux femmes, lesquelles sont plus présentes sur le marché du travail et se scolarisent davantage. Il serait intéressant d'aller vérifier si les hommes qui sont appariés avec une conjointe moins différenciée entretiennent des valeurs traditionnelles au niveau de l'émancipation de la femme. En ce qui a trait à la coupure émotionnelle, les couples où les deux conjoints sont bien différenciés sont plus ajustés au niveau conjugal que les couples où l'appariement sur la différenciation est bas ou mixte. Cependant, les couples dans lesquels la femme utilise la coupure émotionnelle, alors que l'homme ne l'utilise pas sont quand même plus ajustés que si les deux partenaires utilisent la coupure émotionnelle. Ceci semble faire ressortir l'importance du rôle central de la différenciation de l'homme dans le couple.

De façon générale, il convient de préciser que la vérification des hypothèses en utilisant le concept de la différenciation du soi en quatre sous-échelles a permis d'explorer plus spécifiquement les différentes facettes de la différenciation du soi, mais l'inconvénient relié à cette fragmentation est que l'on en vient à déterminer la différenciation d'un individu

sur la base d'un seul aspect, alors qu'une seule sous-échelle ne peut refléter vraiment le niveau de différenciation de l'individu. D'un autre côté, si l'on avait utilisé seulement le score global de différenciation, les résultats n'auraient pas révélés autant d'informations.

En explorant la différenciation du soi dans la prédiction des attitudes amoureuses et de l'ajustement dyadique, nous avons découvert des différences entre les hommes et les femmes qui suggèrent un important questionnement au niveau de la littérature. Alors que les efforts sont faits pour enrayer la discrimination entre les sexes en vue d'une plus grande égalité sociale, Gilligan (1982) constate que les différences entre les sexes sont en train d'être redécouvertes dans les recherches contemporaines en sciences sociales. Bien que la différenciation du soi et les attitudes amoureuses soient des déterminants de la satisfaction conjugale des hommes et des femmes, l'impact de ces dimensions demeure toutefois fonction du sexe des individus. Pourtant, Bowen (1978) soutenait qu'il n'y avait aucune différence entre les hommes et les femmes au niveau de la différenciation du soi. Ceci nous amène à considérer que la théorie de Bowen pourrait être gratifiée de certaines nuances afin de bien cerner les conséquences, chez l'homme et chez la femme, du développement de l'identité à travers la famille d'origine. Lerner (1986) et Luepnitz (1988) considèrent que Bowen a trop mis l'accent sur les qualités de socialisation, associées aux hommes, et dévalué les qualités considérées comme traditionnellement féminines.

Par ailleurs, la nature différentielle des liens entre certaines dimensions de la différenciation et les attitudes amoureuse, ainsi qu'entre la différenciation et l'ajustement dyadique nous amène à réfléchir sur le rôle de la différenciation à long terme pour le bien-être de la relation conjugale. Est-ce que se différencier serait nécessaire seulement pour quitter le noyau familial afin de pouvoir former une relation de couple? Est-ce que dans une relation entre conjoints, un niveau de différenciation trop élevé nuirait au fonctionnement à

deux et serait propice à l'éclatement, à la rupture? À l'opposé, lorsqu'une relation montre des signes d'essoufflement, est-ce qu'à ce moment, une différenciation élevée permettrait de prendre une position du "Je" et aiderait à prendre conscience que la relation présente des difficultés de fonctionnement? Ces questions méritent d'être étudiées en profondeur.

Il ressort que même si la différenciation du soi est un concept d'une richesse importante pour comprendre le développement de l'individu et ses modes de relations aux autres, il devient évident qu'une part d'imprécision et d'ambiguïté quant à sa définition empêche son opérationnalisation au niveau empirique. A cet égard, Scarf (1991) rapporte combien il est rare de lire une explication claire de ce concept.

#### Forces et Limites de l'Étude

La présente étude est l'une des premières à notre connaissance à avoir intégré de façon simultanée les dimensions de la différenciation du soi et des attitudes amoureuses comme déterminants de l'ajustement dyadique. De plus, l'utilisation d'un échantillon de couple dont le nombre d'années de cohabitation est en moyenne de 13 ans, alors que la majorité des études répertoriées n'emploie qu'un seul des partenaires du couple ou recrute leur échantillon parmi des étudiants universitaires donne plus de force aux résultats. La présente étude a également permis de vérifier l'appariement des conjoints, ce qui découlait des recommandations des chercheuses Skowron et Friedlander (1996). Cependant, certaines limites s'appliquent aux résultats de la présente étude.

D'abord, il aurait été important de recruter un échantillon représentatif de la population. Le fait que le présent échantillon ait été recruté parmi des couples volontaires qui avaient déjà participé, un an auparavant, à une première étude peut avoir

considérablement influencé la patron des résultats obtenus. De plus il aurait été préférable d'avoir un nombre plus élevé de couples car ceci auraient permis d'augmenter la puissance statistique des analyses et ainsi explorer de façon plus précise certaines hypothèses. Un nombre plus élevé de couples permettrait une meilleure généralisation des résultats. De plus, l'échantillon regroupait des individus ayant un score d'ajustement dyadique élevé, ce qui restreint la variabilité dans la distribution des scores. Parallèlement, ces couples heureux viennent diminuer l'étendue de la généralisation de nos résultats. Il serait plus approprié dans une prochaine étude de sélectionner un échantillon dans lequel on retrouve à la fois des couples heureux et des couples en détresse comme, par exemple, des couples en thérapie et des couples où il y a présence de violence conjugale. À cet effet, Bartle et Rosen (1994) rapportent des liens significatifs entre la non-différenciation du soi au niveau de la fusion et la violence conjugale. L'échantillon de couples heureux influence également les scores des attitudes amoureuses puisque la distribution obtenue est asymétrique. Par rapport à l'échelle du Triangle de Sternberg, bien que nous avons tenté d'améliorer la clarté d'interprétation des sous-échelles en retirant quelques items, il s'avère nécessaire de raffiner cette mesure. Est-ce acceptable sur le plan scientifique que les intercorrélations entre les sous-échelles soient élevées? Pour plusieurs auteurs (Acker & Davis, 1992; Mikulincer & Erev, 1991; Chojnacki & Walsh, 1990 ), cela semble être la principale faiblesse de cet instrument.

En ce qui concerne l'échelle de la différenciation du soi, il est surprenant de constater que la sous-échelle "position du Je" n'est à peu près jamais en relation de façon significative avec les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique. Comment se fait-il que la capacité de se définir, de savoir qui je suis, de savoir ce que je veux faire et ce que je ne veux pas faire ne soit pas en relation avec les éléments qui définissent une adaptation conjugale? Il y lieu de se questionner sur la validité de cette sous-échelle. Tel que

mentionné précédemment, les items de la sous-échelle de fusion demandent une révision pour déterminer s'ils évaluent des éléments fonctionnels ou dysfonctionnels dans les relations intimes. Skowron et Friedlander (1996) recommandent également d'examiner la convergence entre les questionnaires auto-administrés et une évaluation de la différenciation sous forme d'entrevue par des cliniciens experts. De plus, il serait intéressant de vérifier la correspondance entre l'échelle de Skowron et Friedlander (1996) et l'échelle hypothétique de Bowen. Est-ce que les scores inférieurs de l'échelle de différenciation de Skowron et Friedlander sont équivalents à la description clinique des individus indifférenciés sur l'échelle hypothétique de Bowen? D'autres chercheurs devront proposer des points de rupture dans les cotes de l'inventaire de la différenciation du soi afin de déterminer ce que sont des cotes élevées et faibles au niveau de la différenciation au lieu d'employer la médiane (qui constitue une procédure plus arbitraire).

Étant donné que notre étude est de type transversal, elle ne permet pas d'examiner l'évolution des attitudes amoureuses, de la différenciation du soi et de l'ajustement à travers le temps, ni d'examiner les relations de cause à effet entre les variables. Même si nous avons évalué la valeur de modèles prévisionnels, il demeure néanmoins que ceux-ci devront être testés à l'aide de données longitudinales.

Par ailleurs, nous suggérons d'étudier simultanément les notions d'attachement et de la différenciation du soi chez les couples en vue de répondre aux questions suivantes. Est-ce que ce sont des concepts semblables? Bowen soutient que les personnes différenciés se sentent en sécurité envers elles-mêmes, leur fonctionnement n'étant pas affecté par les éloges et les critiques des autres. Est-ce qu'il y a un lien de cause à effet entre ces variables? Est-ce que la fusion représenterait un type d'attachement dysfonctionnel? De plus, les différences entre les hommes et les femmes dans plusieurs des résultats de cette étude nous

amènent à considérer l'importance d'approfondir les liens entre la différenciation et les rôles sexuels. Il a été démontré que la féminité et la masculinité sont reliés à la satisfaction conjugale (Bradbury, Cambell, & Fincham, 1995; Juni & Grimm, 1993; Langis, Sabourin, Lussier, & Mathieu, 1994).

Au niveau clinique, il serait intéressant de poursuivre l'examen empirique de la différenciation du soi afin de fournir au thérapeute conjugal un outil valide pour travailler avec les conjoints en difficulté. Il serait intéressant de pouvoir identifier quels aspects sont problématiques chez les conjoints en difficulté soit la réactivité émotionnelle, la position du "JE", la coupure, ou la fusion. Également il faudrait évaluer l'hypothèse de Bowen à l'effet que la psychothérapie peut accroître le niveau de différenciation d'un individu. Avant d'aller dans cette direction, il faut avant tout développer un instrument de mesure valide et explorer les effets spécifiques de la différenciation du soi sur diverses dimensions affectives, cognitives et comportementales des adultes vivant ou non une relation de couple. Par rapport aux attitudes amoureuses, l'instrument de Sternberg dans une version améliorée pourrait être utilisé chez les thérapeutes conjugaux pour 1) aider les couples à mieux définir leur type d'amour selon les sept catégories (l'amour passion, la relation sans amour, l'affection, l'amour romantique, l'amour compagnonnage, l'amour stupide et l'amour accompli), 2) permettre aux conjoints de comparer leur conception de l'amour à travers la construction de leurs triangles et 3) comprendre leurs incompatibilités ou leur divergences.

### Conclusion

La présente étude avait pour but d'examiner les relations entre la différenciation du soi, les attitudes amoureuses et l'ajustement dyadique. Au terme d'un survol au niveau théorique et empirique il s'avère que la différenciation du soi et les attitudes amoureuses

sont des déterminants de l'ajustement conjugal. Par contre, il n'est pas facile de fournir une interprétation sans équivoque des effets de l'appariement des conjoints sur la différenciation du soi. Un examen plus approfondi de la définition de chacun de ces concepts permettrait de développer de meilleurs instruments de mesure afin d'évaluer avec plus de justesse l'ampleur de leur contribution.



## Références

- Acker, M. & Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. Journal of Social and Personal Relationships, 9, 21-50.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Albrecht, S. L., Bahr, H. M., & Goodman, K. L. (1983). Divorce and Remarriage: Problems, Adaptations, and Adjustements. Westport, CT: Greenwood.
- Anonyme, (1993). A propos de la différenciation de soi à l'intérieur de sa propre famille. Thérapie Familiale, 15(2), 99-148.
- Aron, A. & Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. Journal of Personality and Social Psychology, 70, 535-551.
- Bader, E., & Pearson, P. (1988). In Quest of the Mythical Mate: A Developmental Approach to Diagnosis and Treatment in Couples Therapy. New York: Brunner/Mazel.
- Baillargeon, J., Dubois, G., & Marineau, R. (1986). Traduction française de l'Échelle d'ajustement dyadique. Revue Canadienne des Sciences du Comportement, 18, 25-34.
- Bartle, S. (1993). The degree of similarity of differentiation of self between partners in married and dating couples: Preliminary evidence. Contemporary Family therapy, 15, 467-483.
- Bartle, S. E., & Rosen, K. (1994). Individuation and relationship violence. The American Journal of Family Therapy, 22, 222-236.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42, 155-162.
- Benjamin, L. S. (1974). Structural analysis of social behavior. Psychological Review, 81, 392-425.
- Benjamin, L.S. (1979). Structural analysis of differentiation failure. Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes, 42, 1-23.
- Benjamin, L. S. (1993). Interpersonal Diagnosis and Treatment of Personality Disorders. New York: Guilford.

- Bernard, E., & Whitley, Jr. (1993). Reliability and aspects of the construct validity of Triangular Love Scale. Journal of Social and Personal Relationships, 10, 475-480.
- Berscheid, E., & Walster, E. (1978). Interpersonal attraction. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Bowen, M. (1978). Family Therapy in Clinical Practice. New York: Aronson.
- Bowen, M. (1981). Family Therapy. New York: International University Press.
- Bradbury, T. N., Campbell, S. M., & Fincham, F. D. (1995). Longitudinal and behavioral analysis of masculinity and femininity in marriage. Journal of Personality and Social Psychology, 68, 328-341.
- Bray, J. H., Williamson, D. S., & Malone, P. E. (1984). Personal Authority in the family system: Development of a questionnaire to measure personal authority in intergenerational family process. Journal of Marital and Family Therapy, 10, 167-178.
- Brehm, S. S. (1985). Intimate Relationships. New York: Random House.
- Burgess, E. W., & Wallin, P. (1953). Engagement and Marriage. Philadelphia: Lippincott.
- Byrne, D. (1971). The Attraction Paradigm. New York: Academic Press.
- Chojnacki, J., & Walsh, B. W. (1990). Reliability and concurrent validity of the Sternberg Triangular Love Scale. Psychological Reports, 67, 219-224.
- Choo, P., & Hatfield, E. (1995). Love schemas and romantic love. Journal of Social Behavior and Personality, 10, 15-36.
- Davis, K. E., & Todd, M. J. (1985). Assessing friendship: Prototypes, paradigm cases and relationship description. Dans S. Duck & D. Perlman (Eds), Understanding Personal Relationships: An Interdisciplinary Approach (pp.17-38). London: Sage.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H., & Covi, L. (1974). The Hopkins Symptom Checklist (HSCL): A self-report symptom inventory. Behavioral Science, 19, 1-15.
- Erikson, E. (1982). The life cycle completed: A review. New York: Norton
- Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. Journal of Personality and Social Psychology, 55, 557-579.
- Fehr, B., & Russel, J. A. (1991). The concept of love viewed from a prototype perspective. Journal of Personality and Social Psychology, 60, 425-438.
- Fincham, F. D. & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. Journal of Marriage and the Family, 49, 797-809.

- Fincham, F. D., & Linfield, K.J., (1997). A new look at marital quality: Can spouses feel positive and negative about their marriage? Journal of Family Psychology, 11, 489-502.
- Gilligan, C. (1982). In a different voice. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57, 47-52.
- Grote, N. K., & Frieze, I. H. (1994). The measurement of friendship-based love in intimate relationships. Personal Relationships, 1, 275-300.
- Haber, J. (1990). The Haber Level of Differentiation of Self Scale. Dans O. Strickland, & C. Waltz (Éds.), Measurement of Nursing Outcomes, (pp. 320-331). Vol.4. New York: Springer.
- Harvey, D.M., Curry, C.J., & Bray, J.H. (1991). Individuation and intimacy in intergenerational relationships and health: Patterns across two generations. Journal of Family Psychology, 5, 204-236.
- Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. Dans R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Éds.), The Psychology of Love (pp.191-217). New Haven, CT: Yale University Press.
- Hatfield, E., & Sprecher, S. (1986). Measuring passionate love in intimate relations. Journal of Adolescence, 9, 383-410.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 511-524.
- Hecht, M., Marston, P. J., & Larkey, L.K. (1994). Love ways and relationship quality. Journal of Social and Personal Relationships, 11, 25-43.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1989). Research on love: Does it measure up? Journal of Personality and Social Psychology, 56, 784-794.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1991). Dimensions of love: A sociobiological interpretation. Journal of Social and Clinical Psychology, 10, 206-230.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1992). Liking, Loving and Relating. California: Brooks/Cole.
- Hendrick, C., Hendrick, S., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationship: Love, satisfaction, and staying together. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 980-988.
- Hendrick, S. (1995). Close relationships research applications to counseling psychology. The Counseling Psychologist, 23, 649-665.

- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1987). Love and sex attitudes: A close relationship. Dans W.H. Jones & D. Perlman (Éds), Advance in Personal Relationships (Vol. 1, pp. 141-169). London: JAI Press.
- Hovestadt, A.J., Anderson, W.Y., Piercy, F.P., Cochran, S.W., & Fine, M. (1985). A family of origin scale. Journal of Marital and Family Therapy, 11, 287-297.
- Jacobson, N.S., & Christensen, A. (1996). Integrative Couple Therapy: Promoting Acceptance and Change. New York: Norton.
- Juni, S., & Grimm, D.W. (1993). Sex-roles similarities between adults and their parents. Contemporary Family Therapy, 15, 247-251.
- Karpel, M. (1994). Evaluating Couples: A Handbook for Practionners. New York: Norton.
- Kayser, K. (1993). When Love Dies: The Process of Marital Disaffection. New York: Guilford.
- Kelley, H. H. (1983). Love and commitment. Dans H.H. Kelley et al. (Éds), Close Relationships (pp.265-314). New York: Guilford.
- Kerr, J.E. (1978). Marital Attraction and Satisfaction as a Function of Differentiation of Self. Thèse de doctorat non-publiée, California School of Professional Psychology.
- Kerr, M. E. (1985). Obstacles to differentiation of self. Dans A.S. Gurman (Éd.), Casebook of Marital Therapy (pp. 111-153). New York: Guilford.
- Kerr, M. E. (1991). Family systems theory and therapy. Dans A. S. Gurman, & D. P. Kniskern (Éds.) Handbook of Family Therapy (pp.226-240). New York: Brunner/Mazel.
- Kerr, M.E., & Bowen, M. (1988). Family Evaluation. New York: Norton.
- Langis, J., Sabourin, S., Lussier, Y., & Mathieu, M. (1994). Masculinity, femininity, and marital satisfaction: An examination of theoretical models. Journal of Personality, 62, 394-414.
- Lang-Takac, E., & Osterweil, Z. (1992). Separateness and connectedness: Differences between the genders. Sex Roles, 27, 277-289.
- Lee, J. A. (1973). The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving. Don Mills, Ontario: New Press.
- Lerner, H. G. (1986). Diane and Lillie: Can a feminist still like Murray Bowen? The Family Therapy Networker, 9, 36-39.
- Levinger, G. (1988). Can we picture love? Dans R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Éds), The Psychology of Love (pp.139-158). New Haven, CT: Yale University Press.

- Levine, J. B., Green, C. J., & Millon, T. (1986). The separation-individuation test of adolescence. Journal of Personality Assessment, 50, 123-137.
- Levy, M. B. & Davis, K. E. (1988). Lovestyles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. Journal of Social and Personal Relationships, 5, 439-471.
- Luepnitz, D. A. (1988). The Family Interpreted. New York: Basic Books.
- McCullum, E. E. (1991). A scale to measure Bowen's concept of emotional cutoff. Contemporary Family Therapy, 13, 247-254.
- Meyers, S. A. & Bersheid, E. (1997). The language of love: The difference a preposition makes. Personality and Social Psychology Bulletin, 23, 347-362.
- Mikulincer, M. & Erev, I. (1991). Attachment style and the structure of romantic love. British Journal of Social Psychology, 30, 273-291.
- Noller, P. (1996). What is this thing called love? Defining the love that supports marriage and Family. Personal Relationships, 3, 97-115.
- Olson, D. H., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). FACES III. Manuscript non-publié: St-Paul, Université du Minnesota.
- Olver, R. R., Aries, E., & Batgos, J. (1989). Self-other differentiation and the mother-child relationship: The effects of sex and birth order. Journal of Genetic Psychology, 150, 311-321.
- Papero, D.V. (1995). Bowen family systems and marriage. Dans N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Éds), Clinical Handbook of Couple Therapy (pp. 11-30). New York: Guilford.
- Pedhazur, E.J. (1982). Multiple Regression in Behavior Research: TX: Holt, Rinehart and Winston.
- Rubin, Z. (1988) Preface. Dans R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Éds). The Psychology of Love. (pp.vii-3). New Haven, CT: Yale University Press.
- Sabourin, S., Lussier, Y., Laplante, B., & Wright, J. (1990). Unidimensional and multidimensional models of dyadic adjustment: A hierarchical reconciliation. Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2, 333-337.
- Senchak, M., & Kenneth, E. L. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. Journal of Social and Personal Relationships, 9, 51-64.
- Scarf, M. (1991). Les Cycles de la Vie Conjugale. Montréal: Québecor.
- Shaver, P., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. Dans R.J. Sternberg & M. Barnes (Éds), The anatomy of Love (pp.68-99). New Haven, CT: Yale University Press.

- Schumm, W. R., Bugaighis, M. A., & Jurich, A. P. (1985). Using repeated measures designs in program evaluation of family therapy. Journal of Marital and Family Therapy, 11, 87-95.
- Singelis, T., Choo, P., & Hatfield, E. (1995). Love schemas and romantic love. Journal of Social Behavior and Personality, 10, 15-36.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (Août, 1992). The Differentiation of self Inventory: Development and initial validation. Communication présentée au congrès annuel de l'American Psychological Association, Washington, DC.
- Skowron, E.A., & Friedlander, M. L. (1996). Using differentiation of self to predict psychological adjustment and marital satisfaction. Document inédit, University at Albany, State University of New York.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. Journal of Marriage and the Family, 38, 15-28.
- Speed, A., & Gangestad, S.W. (1997). Romantic popularity and Mate preferences: A peer-nomination study. Personality and Social Psychology Bulletin, 23, 928-935.
- Sternberg, R. J. ( 1986). A triangular theory of love. Psychology Review, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. ( 1987). The Triangle of Love: Intimacy, Passion, Commitment. New York: Basic Book.
- Sternberg, R. J. (1988). Triangulating Love. Dans R. J. Sternberg & M.L. Barnes (Éds). The Psychology of Love. (pp.119-138). New Haven, CT: Yale University Press.
- Sternberg, R. J., & Barnes, M. (1985). Real and ideal others in romantic relationships: Is four a crowd? Journal of Personality and Social Psychology, 49, 1586-1608.
- Swensen, C. H. Jr. (1972). The behaviors of love. Dans A. Otto (Éd.), Love Today (pp. 86-101). New York: Association Press.
- Weeks, G. R., & Treat, S. (1992). Couples in Treatment: Techniques and Approaches for Effective Practice (pp.100-117). New York: Brunner/Mazel.
- Williamson, D. S., & Bray, J. H. (1988). Family development and change across the generations: An intergenerational perspective. Dans C. J. Falicov (Éd.), Family Transition: Continuity and Change over the Life Cycle. New York: Guilford.